

献立表



早いもので今年度も最後の月になりました。子どもたちが給食を通して少しでも食に興味を持つことができたら嬉しく思います。今月はゆき組さんからのリクエストメニューを献立に取り入れました。ゆき組さんにとっては残りわずかな給食の時間です。楽しく過ごしてもらいたいと願っています。



2025年03月

※献立はいつでも差し上げられますのでお声掛けください。太子保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質 ()は未満児	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
01 土	カレー 野菜スープ 麦茶	183.6(147.5) 5.0(4.0) 10.3(8.3)	じゃがいも、油	豚肉	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんにく	食塩 カレールー			
03 月	ちらしずし ちくわ磯辺揚げ すまし汁(ほうれん草・ふ)	448.1(375.0) 14.9(13.5) 6.6(8.6)	米、三温糖、砂糖、油 強力粉、小麦粉、焼き麩	牛乳、ちくわ、卵、油揚げ かつお節、さくらでんぶ	ほうれんそう、にんじん れんこん、いんげん かんぴょう、しいたけ りりしこんぶ、あおのり	酢、しょうゆ、ドライイースト 食塩、和風だしの素	牛乳	さくら蒸しパン 麦茶	ひなまつり
04 火	御飯 ブルコギ かみかみサラダ 豆乳味噌スープ	347.6(303.8) 14.2(12.2) 8.6(7.0)	米、じゃがいも、すりごま 油、ごま油	ヨーグルト、米みそ、豆乳 ソフトさきいか、鶏がらスープ	たまねぎ、レタス、きゅうり にんじん、みかん バナナ、にら、にんにく もも	みりん、しょうゆ、食塩	蒸しじゃがいも	フルーツヨーグルト 麦茶	
05 水	御飯 塩じゃが 刻み昆布煮 味噌汁(油揚げ・小松菜)	446.6(362.1) 12.0(10.0) 12.9(10.5)	じゃがいも、米 三温糖、油 焼きそば麺	さつま揚げ、米みそ、油揚げ	たまねぎ、にんじん キャベツ、もやし、こまつな 刻みこんぶ、にんにく あおのり、だいこん	しょうゆ、食塩、 みりん、酢	茹大根	焼きそば 麦茶	
06 木	きつねうどん ほうれん草のお浸し オレンジ	454.8(426.3) 17.2(16.9) 8.2(7.4)	米、もち米、三温糖、油 ごま油 ゆでうどん	油揚げ、なると かつお節、豆乳 豚ひき肉	ほうれんそう、オレンジ わかめ、にんじん、たけのこ ねぎ、干しいたけ	しょうゆ、めんつゆ みりん	豆乳	中華おこわのおにぎり 麦茶	園外保育 (3歳児)
07 金	麦御飯 ハヤシ キャベツと塩昆布のスパサラ エメラルドスープ	620.3(509.6) 20.8(17.4) 23.9(20.3)	米、押麦、三温糖、油 片栗粉、オリーブ油 強力粉、スパゲッティ	牛乳 豚肉、ベーコン	たまねぎ、キャベツ ほうれん草、マッシュルーム 塩こんぶ、トマトピューレ にんにく、にんじん	ハヤシルウ、和風だしの素 ドライイースト、ケチャップ しょうゆ、食塩、中濃ソース	茹人参	あげパン 牛乳	西福寺 (5歳児)
08 土	焼きうどん 野菜スープ 麦茶	229.3(184.2) 9.5(7.6) 4.7(3.8)	ゆでうどん	豚肉	キャベツ、にんじん ねぎ、コーン、しいたけ	しょうゆ、みりん 和風だしの素、食塩			
10 月	御飯 鯖の味噌煮 青菜の和え物 かきたま汁	362.6(344.1) 15.4(15.5) 12.6(13.6)	米、じゃがいも、三温糖 油、ごま油	牛乳、卵 米みそ、鶏がらスープ サバ	こまつな、もやし たまねぎ、あさつき ねぎ、しょうが	しょうゆ、みりん、食塩	牛乳	じゃが芋チップス 麦茶	
11 火	御飯 かぼちゃクロック ごぼうのサラダ 味噌汁(豆腐・なめこ)	642.4(534.1) 17.8(15.0) 30.0(25.8)	米、油、砂糖、マヨネーズ グラニュー糖 パン粉、小麦粉	牛乳、卵、木綿豆腐 米みそ、かつお節 豚ひき肉、ハム	かぼちゃ、キャベツ ごぼう、たまねぎ、コーン なめこ、だいこん	食塩、しょうゆ 中濃ソース	茹大根	手作りプリン 麦茶	
12 水	ロールパン マカロニグラタン コーンサラダ コンソメジュリエンス	559.4(459.5) 16.2(15.1) 14.0(12.1)	米、じゃがいも ロールパン、マカロニ 小麦粉、パン粉	牛乳、鶏もも肉 バター、とろけるチーズ 豆乳	レタス、たまねぎ きゅうり、にんじん、セロリー	食塩	豆乳	わかめおにぎり 麦茶	
13 木	御飯(雑穀入り) タンダーチキン 二色サラダ、バナナ 味噌汁(きゃべつ・人参)	675.9(590.6) 23.1(19.9) 30.3(27.0)	米、マヨネーズ 砂糖、三温糖 クレープミックス	牛乳、鶏もも肉 生クリーム、ヨーグルト 米みそ	バナナ、ブロッコリー、人参 カリフラワー、レタス キャベツ、玉葱、いちご りりしこんぶ、しょうが	ケチャップ、食塩 しょうゆ、カレー粉	茹人参	フルーツクレープ 牛乳	誕生会 避難訓練
14 金	御飯 焼きビーフン 卵豆腐風 ワンタンスープ	559.9(477.4) 16.0(14.0) 20.9(17.5)	さつまいも、米、ビーフン 油、ざらめ糖、ごま油、ごま 三温糖、じゃがいも ワンタンの皮	牛乳、卵 豚肉	もやし、キャベツ、ねぎ にんじん、万能ねぎ しょうが、しいたけ	かつおだし汁、しょうゆ みりん、食塩、中華だしの素	蒸しじゃがいも	大学芋 牛乳	お別れ会
15 土	スパゲティー・ミートソース 野菜スープ 麦茶	284.6(221.9) 11.7(9.2) 6.4(4.8)	じゃがいも スパゲッティ	粉チーズ、バター 豚ひき肉	たまねぎ、キャベツ にんじん、パセリ	ケチャップ、塩 中濃ソース			
17 月	御飯 鮭のレモン焼き 中華スパゲティーサラダ 味噌汁(わかめ・玉葱)	503.5(418.3) 26.0(21.5) 16.5(14.0)	米、マヨネーズ 三温糖、ごま油 餃子の皮、スパゲッティ	牛乳、ペにさけ、チーズ ツナ、米みそ 魚肉ソーセージ	たまねぎ、レタス、きゅうり にんじん、コーン、ねぎ しょうが、レモン果汁 わかめ、だいこん	しょうゆ、酢	茹大根	ツナコーンせんべい 牛乳	カスミ(5歳児)
18 火	味噌ラーメン 鶏の唐揚げ バナナ	446.6(448.8) 20.3(20.3) 12.3(11.8)	砂糖、油、片栗粉、ごま油 中華麺	鶏もも肉、ヨーグルト ゼラチン、豆乳 豚ひき肉	バナナ、もやし、人参、にら ブルーハワイシロップ キャベツ、たまねぎ、コーン 葱、レタス、生姜、にんにく	しょうゆ、食塩	豆乳	青空ゼリー 麦茶	
19 水	御飯 煮込みハンバーグ じゃがサラダ 白菜スープ	604.2(507.7) 20.7(17.7) 30.5(25.7)	米、じゃがいも、油 砂糖、オリーブ油 強力粉、小麦粉、パン粉	牛乳 豚ひき肉、ベーコン	たまねぎ、はくさい にんじん、コーン キャベツ、ピーマン	ハヤシルウ、ケチャップ 食塩、しょうゆ ドライイースト	茹人参	ピザ 牛乳	
21 金	御飯 たまご焼き 五目納豆 味噌汁(あおさのり・なめこ)	459.4(428.8) 19.7(19.2) 11.8(13.2)	米、砂糖、三温糖 油 強力粉	牛乳、卵、納豆、米みそ バター しらす	にんじん、なめこ こまつな、たくあん、あおさ	しょうゆ、めんつゆ ドライイースト、食塩	牛乳	手作りパン 麦茶	
22 土	親子丼 味噌汁 麦茶	335.2(260.7) 15.9(12.7) 4.1(3.3)	米、三温糖	卵、鶏ささ身 米みそ、かつお節	たまねぎ、だいこん にんじん、しいたけ みつば、わかめ	しょうゆ、みりん 和風だしの素			
24 月	御飯 モーカの竜田揚げ 五目豆煮 味噌汁(あさつき・えのき)	693.5(572.7) 25.2(21.0) 30.8(25.4)	米、砂糖、油 片栗粉、三温糖 小麦粉	牛乳、卵、だいた ちくわ、米みそ 生クリーム、バター	こまつな、ごぼう、にんじん えのきたけ、あさつき レモン、にんにく、しょうが にんじん	しょうゆ、みりん 和風だしの素	茹人参	レモンカップケーキ 牛乳	
25 火	ベーコンピラフ チーズサラダ バナナ	480.0(463.2) 9.6(11.3) 15.2(16.0)	米、三温糖 マヨネーズ、油 焼き麩	バター、牛乳 ベーコン	バナナ、レタス、たまねぎ キャベツ、きゅうり、コーン	コンソメ、食塩、パセリ粉	牛乳	麩ラスク 麦茶	卒園式 終了式 希望保育
26 水	御飯 豆腐のうま煮 白菜とツナの昆布和え 味噌汁(わかめ・じゃがいも)	579.7(469.2) 21.0(17.2) 26.0(20.9)	米、じゃがいも、マヨネーズ 三温糖、片栗粉 油、ごま 小麦粉	木綿豆腐、卵、米みそ とろけるチーズ、ツナ かつお節 豚肉、ベーコン	はくさい、にんじん キャベツ、しめじ、わかめ コーン、塩こんぶ だいこん、あおのり	和風だしの素 しょうゆ、みりん、食塩 中濃ソース	茹大根	洋風お好み焼き 麦茶	希望保育
27 木	和えご飯 ポテトサラダ 中華コンソメスープ	530.8(447.9) 15.0(14.5) 18.2(16.0)	米、じゃがいも、マヨネーズ 三温糖、片栗粉 油、ごま油、砂糖 小麦粉	卵、牛乳 コンデンスミルク、豆乳 ハム、豚肉	にんじん、きゅうり たまねぎ、ザーサイ コーン、ねぎ、あさつき	中華スープ、しょうゆ 食塩	豆乳	マラーカオ 麦茶	希望保育
28 金	豚丼 青菜のサラダ 卵スープ	645.2(518.9) 20.7(17.1) 17.5(14.2)	米、三温糖、油 砂糖、じゃがいも	卵、かつお節 豚肉	たまねぎ、こまつな にんじん、きゅうり コーン、焼きのり、パセリ	しょうゆ、酢、みりん 食塩、和風だしの素	蒸しじゃがいも	おかかおにぎり 麦茶	希望保育
29 土	たぬきうどん バナナ 麦茶	240.6(204.7) 7.3(6.1) 1.2(1.0)	ゆでうどん	なると、かつお節 揚げボール	バナナ、こまつな、ねぎ	めんつゆ、しょうゆ、みりん			
31 月	御飯 野菜炒め フレンチスパサラダ 味噌汁(油揚げ豆腐)	300.1(303.3) 9.6(11.8) 7.3(7.8)	米、油、ごま油、じゃがいも サラスパ	木綿豆腐、米みそ ツナ、油揚げ、豆乳 魚肉ソーセージ	キャベツ、にんじん もやし、きゅうり、ピーマン たまねぎ	酢、しょうゆ オイスターソース 食塩	豆乳	蒸しじゃがいも 麦茶	希望保育

※献立は都合により変更する場合があります。