

3月 給食予定献立表



2025年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜 日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食		※: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1	土	牛乳 星たべよ	豚肉のスタミナ丼 ごぼうサラダ 大根の味噌汁	牛乳 味しらべ	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン にんにく・しょうが・ごぼう インゲン・コーン 大根・わかめ	米・しょうゆ みりん・なたね油 ごまだれ 味しらべ
3	月	牛乳 サッポロポテト	☆おひなまつり☆ ひなまつりご飯 かぼちゃのそぼろ煮 菜の花のすまし汁	カルビス おひなケーキ	ツナ・ひななまぼこ 桜でんぶ・鶏ミンチ カルビス ホイップ	レンコン・人参・コーン インゲン・のり・かぼちゃ グリーンピース・菜の花 玉ねぎ・いちご	米・上白糖・しょうゆ 片栗粉・花魁 ホットケーキミックス・なたね油 グリーンティ・ストロベリーソース
4	火	牛乳 マンナビスケット	ゆかりご飯 焼きそば 餃子 豆腐の味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	豚肉・餃子 豆腐 味噌 牛乳	しその香・キャベツ 玉ねぎ・人参 ねぎ・みかん缶 白桃缶	米・焼きそば なたね油・焼きそばソース お好みソース・スト寒天 上白糖
5	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 メンチカツ ブロッコリーとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳 乳児: ジャムクラッカーサンド 幼児: マシュマロサンド	合挽きミンチ 豆腐 コンソメ 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・キャベツ ブロッコリー・コーン ほうれん草	米・片栗粉・上白糖 小麦粉・パン粉・植物油 とんかつソース・ごまだれ・しょうゆ ルヴァンクラッカー・りんごジャム/マシュマロ
6	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 赤魚の生煮煮 小松菜のごま和え 真だくさん味噌汁	牛乳 ふかし芋	赤魚 厚揚げ 味噌 牛乳	しょうが・レンコン 小松菜・人参 えのき・玉ねぎ ねぎ	米・しょうゆ 上白糖 ごま さつま芋
7	金	牛乳 マンナウエハース	ポークカレー 豆菜サラダ りんご(1歳:煮りんご角切り)	牛乳 黒糖ふのラスク	豚肉 大豆 牛乳	玉ねぎ・人参 ほうれん草 コーン りんご	米・じゃが芋・カレールー ウスターソース・カレー粉・なたね油 エッグケア・おつゆ魅・有塩バター 黒砂糖・上白糖
8	土	牛乳 星たべよ	わかめご飯 五目うどん キャベツの昆布和え	牛乳 ビスコ	鶏肉 かまぼこ 牛乳	わかめ御飯(鮭)・玉ねぎ 人参・ねぎ キャベツ 塩昆布	米・うどん しょうゆ みりん ビスコ
10	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さばの照り焼き 高野豆腐の煮物 そうめんの味噌汁	牛乳 ちんすこう	さば 高野豆腐 味噌 牛乳	しょうが・インゲン 人参・絹さや 玉ねぎ ねぎ	米・上白糖 しょうゆ・みりん そうめん・小麦粉 片栗粉・なたね油
11	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ☆絵本メニュー☆ ハンバーグ(乳児:丸ロール/幼児:パンズ) 添え・フライドポテト かぼちゃのポタージュ	お茶 鮭おにぎり	合挽きミンチ・豆腐 豆乳・コンソメ 牛乳 鮭フレーク	玉ねぎ・ケチャップ ブロッコリー かぼちゃ パセリ	丸ロール/パンズ・パン粉 シューストポテト・植物油 コンソメ 米・ごま
12	水	牛乳 お野菜ビスケット	焼肉丼 マカロニサラダ さつま芋の味噌汁	牛乳 揚げパン	牛肉 味噌 牛乳	しょうが・玉ねぎ ピーマン・人参 コーン ねぎ	米・しょうゆ・上白糖 ごま油・なたね油・マカロニ エッグケア・さつま芋・ロールパン 植物油・グラニュー糖・粉糖
13	木	牛乳 たべっ子ベイビー	菜飯 味噌ラーメン チンゲン菜のナムル	牛乳 きな粉バナナ	豚肉・鶏がらだし 味噌 牛乳 きな粉	菜めしの素・人参 コーン・白菜 玉ねぎ・ねぎ チンゲン菜・バナナ	米・中華そば ごま・しょうゆ 上白糖 ごま油
14	金	牛乳 マンナウエハース	《お別れメニュー》 ピラフ・鶏の唐揚げ ブロッコリーとコーンのサラダ コンソメスープ・ニコニコゼリー	牛乳 プリンアラモード	ベーコン・コンソメ 鶏肉 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・ミックスベジタブル・しょうが ブロッコリー・コーン・人参 キャベツ・パセリ みかん缶・バナナ	米・しょうゆ・みりん 小麦粉・片栗粉 植物油・和風ドレッシング ニコニコゼリー・プリンミックス
15	土		《卒園式》				
17	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚のごまヨ焼き 切干大根の煮物 小松菜の味噌汁	牛乳 マシュマロフレーク	ホキ 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・インゲン 切干大根・人参 干し椎茸 小松菜	米・エッグケア・ごま しょうゆ・上白糖・みりん なたね油・おつゆ魅・マシュマロ 無塩バター・コーンフレーク
18	火	牛乳 マンナビスケット	チャーハン 小松菜のおかかマヨ和え 玉子スープ	牛乳 ホットケーキ	豚ミンチ・鶏がらだし かつお節・鶏卵 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・人参 しょうゆ・エッグケア コーン 小松菜	米・なたね油 しょうゆ・エッグケア ホットケーキミックス メープルシロップ
19	水	牛乳 たべっ子ベイビー	ゆかりご飯 カレーうどん ほうれん草の白和え	お茶 フルーチェ	豚肉・揚げ 豆腐 白味噌 牛乳	しその香・玉ねぎ 人参 白ねぎ ほうれん草	米・うどん・カレールー しょうゆ・片栗粉 突きこんにやく・ごま 上白糖・フルーチェ(ピーチ)
20	木		春分の日				
21	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス アスパラとコーンのサラダ オレンジ	牛乳 ジャムクラッカーサンド	牛肉 コンソメ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ 人参・トマト缶 ケチャップ・アスパラ コーン・オレシジ	米・なたね油 ハヤシフレーク・エッグケア しょうゆ・ルヴァンクラッカー いちごジャム
22	土	牛乳 星たべよ	豚丼 かぼちゃのソテー しめじの味噌汁	牛乳 マリービスケット	豚肉 コンソメ 味噌 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ しょうが・かぼちゃ エリンギ・しめじ ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ なたね油 マリービスケット
24	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さわらの幽庵焼き ひじきの煮物 ほうれん草と鮎の味噌汁	お茶 チヂミ	さわら・揚げ 味噌 牛乳 豚ミンチ	ゆず・レモン果汁 ブロッコリー・ひじき 人参・ほうれん草 玉ねぎ・にら	米・しょうゆ・みりん 突きこんにやく・なたね油・上白糖 おつゆ魅・小麦粉 片栗粉・ごま油
25	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 かいじゅう揚げ 大根サラダ オニオンスープ	牛乳 (ばりんこ(乳児) ポップコーン(幼児))	ウインナー コンソメ 牛乳	かぼちゃ・玉ねぎ 人参・グリーンピース 大根・パプリカ(黄) パセリ・ポップコーン	米・小麦粉 片栗粉・なたね油 とんかつソース・ごまだれ しょうゆ・ばりんこ
26	水	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 鶏のみそマヨ焼き ほうれん草のおかか和え 豆腐のすまし汁・バナナ	牛乳 ぶどう寒天	鶏肉・白味噌 かつお節 豆腐 牛乳	インゲン・ほうれん草 人参・わかめ みつば バナナ	米・エッグケア しょうゆ・上白糖 寒天 ぶどうジュース
27	木	牛乳 マンナウエハース	ご飯 豚肉の生煮焼き 焼売 中華スープ	牛乳 バタークッキー	豚肉 焼売 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・しょうが キャベツ 椎茸 ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油・小麦粉 有塩バター
28	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン ミートスパゲティ ブロッコリーのツナサラダ コンソメスープ	お茶 たぬきおにぎり	合挽きミンチ ツナ ベーコン コンソメ	玉ねぎ・人参 ケチャップ・トマト缶 グリーンピース・ブロッコリー パセリ・ねぎ	ロールパン・スパゲティ・なたね油 ウスターソース・和風ドレッシング・じゃが芋 米・天かす・しょうゆ みりん・ごま油・ごま
29	土	牛乳 星たべよ	鶏そぼろ丼 インゲンの和え物 鮎の味噌汁	牛乳 源氏パイ	鶏ミンチ 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 のり インゲン わかめ	米・上白糖 みりん・しょうゆ 片栗粉・なたね油 おつゆ魅・源氏パイ
31	月		《お休み協力日》				

★今月の絵本メニューの題材は、
「3びきのくま」です♪



今月の平均給与栄養量					
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	543kcal	19.3g	19.3g	3.0g	1.6g
幼児	582kcal	20.5g	18.5g	3.7g	1.8g

