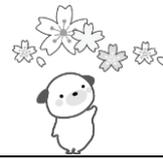




3月 給食献立(乳幼児)



2026年 池上わかばこども園
都合により献立を変更する事があります。

| 日曜日 | 曜日 | 朝おやつ | 昼食 | 材 料 名 | | | おやつ | 材 料 名 | | |
|-----|----|--------------------|--|-----------------------------------|--|---|----------------------------|---------------------------------|---|---|
| | | | | 赤: 血や肉を作る | 緑: 体の調子を整える | 黄: 熱や力の元になる | | 赤 | 緑 | 黄 |
| 2 | 月 | 牛乳 ルヴァン | 《ひなまつり》 ひなちらし寿司 筑前煮 花麩のすまし汁 | 高野豆腐・絹糸玉子・桜でんぶ・ひなかまぼこ 鶏肉・風味だし汁 | 人参・きゅうり・干し椎茸・のり レンコン・ごぼう・たけのこ・人参・グリーンピース 玉ねぎ・みつば | 米・酢・上白糖・塩・うす口しょうゆ・上白糖 なたね油・上白糖・濃口しょうゆ 花麩・うす口しょうゆ・塩 | カルピス ひなあられ | カルピス | ひなあられ | |
| 3 | 火 | 牛乳 バナナ | ☆お誕生会☆ ご飯 鶏の唐揚げ ほうれん草のサラダ ミルクスープ | 鶏肉 ツナ・ハム 牛乳・コンソメ | しょうが ほうれん草 玉ねぎ・コーン | 米 濃口しょうゆ・みりん・片栗粉・植物油 マヨネーズ じゃが芋 | 牛乳 キャロット ケーキ | 牛乳 鶏卵 ホイップ | 人参 ホットケーキミックス ベーキングパウダー 無塩バター 上白糖 | |
| 4 | 水 | 牛乳 ぱりんこ | ご飯 さわらの幽庵焼き 大根と厚揚げの煮物 味噌汁 | さわら 厚揚げ・風味だし汁 味噌 | レモン果汁 大根・人参・ねぎ わかめ・玉ねぎ・えのき | 米 酒・みりん・濃口しょうゆ 上白糖・うす口しょうゆ・みりん・塩 | 牛乳 ふのラスク | 牛乳 | おつゆ麩 なたね油 上白糖 | |
| 5 | 木 | 牛乳 たべっ子 ベイビー | ご飯 豆腐のチャンブルー ブロッコリーのかにかま和え 味噌汁 | 鶏卵・木綿豆腐・豚肉・だし かに風味かまぼこ 味噌 | もやし・玉ねぎ・にら・人参 ブロッコリー・人参 玉ねぎ・ねぎ | 米 濃口しょうゆ・ごま油 うす口しょうゆ・上白糖 おつゆ麩 | 牛乳 きな粉ちん すこう | 牛乳 きな粉 | 小麦粉 上白糖 なたね油 | |
| 6 | 金 | 牛乳 野菜ク ラッカー | ミートスパゲティ 豆菜サラダ コンソメスープ | 豚ミンチ 大豆・ツナ コンソメ | 玉ねぎ・人参・ケチャップ・トマトホール缶 小松菜・人参 白菜・玉ねぎ・しめじ・パセリ | スパゲティ・塩・なたね油・なたね油・ウスターソース 和風ドレッシング 塩 | お茶 きつねおに ぎり | 揚げ | ほうじ茶 米 濃口しょう ゆ 上白糖 ごま | |
| 7 | 土 | 牛乳 ハッピー ターン | てりやき丼 すまし汁 バナナ | 鶏肉 | ほうれん草・人参 わかめ・玉ねぎ・ねぎ バナナ | 米・濃口しょうゆ・上白糖・みりん・うす口しょうゆ・上白糖 うす口しょうゆ・塩 | 牛乳 たべっ子 ベイビー 味しらべ | 牛乳 | たべっ子 ベイビー 味しらべ | |
| 9 | 月 | 牛乳 ルヴァン | ご飯 牛肉とひじきの炒め煮 白菜のポン酢和え 味噌汁 | 牛肉・さつま揚げ 味噌 | ひじき・ごぼう・人参・切干大根 白菜・人参・コーン 玉ねぎ・わかめ・ねぎ | 米 糸こんにゃく・濃口しょうゆ・上白糖・みりん・ごま油 ポン酢 | 牛乳 ぼたぼた焼 き ラムネ | 牛乳 | ぼたぼた 焼 ラムネ | |
| 10 | 火 | 牛乳 オレンジ | 炊き込みご飯 鯖の塩焼き 小松菜のおかか煮 のっぺい汁(郷土料理・新潟県) | ちくわ さば 粉かつお・風味だし汁 揚げ | しめじ・人参 小松菜・人参 大根・人参・干し椎茸・ねぎ | 米・酒・みりん・うす口しょうゆ 塩・なたね油 濃口しょうゆ・上白糖 糸こんにゃく・うす口しょうゆ・塩・片栗粉 | お茶 お好み焼き | 豚ミンチ 鶏卵 風味だし 汁 粉かつお | ほうじ茶 天かす 小麦粉 お好みソ ース | |
| 11 | 水 | 牛乳 ぱりんこ | 菜飯おにぎり ハンバーグ ウインナー ポテトサラダ バナナ | 国産ハンバーグ ウインナー | 菜めしの素 ケチャップ 人参・グリーンピース・コーン バナナ | 米 じゃが芋・マヨドレ | 牛乳 ジャム蒸し パン | 牛乳 | ホットケー キミックス りんごジャ ム | |
| 12 | 木 | 牛乳 たべっ子 ベイビー | 塩焼きそば ブロッコリーの中華和え たまごスープ | 豚肉・チキンスープ・粉かつお 鶏卵・絹ごし豆腐・チキンスープ | キャベツ・玉ねぎ・人参・青のり ブロッコリー・人参 ねぎ | 焼きそば・なたね油・塩・こしょう ごま・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 塩 | お茶 昆布おに ぎり | 塩昆布 | ほうじ茶 米 | |
| 13 | 金 | 牛乳 野菜ク ラッカー | ドライカレー キャベツのサラダ じゃが芋のスープ | 合挽きミンチ ツナ 大豆・コンソメ | 玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ キャベツ・人参 玉ねぎ・パセリ | 米・なたね油・小麦粉・カレー粉・塩 ごまだれ じゃが芋・塩 | 牛乳 ミルクパン | 牛乳 | 北海道ミ ルク | |
| 14 | 土 | 牛乳 ハッピー ターン | 野菜のそぼろ炒め丼 味噌汁 バナナ | 合挽きミンチ 味噌 | 玉ねぎ・ピーマン・キャベツ・もやし・人参 大根・玉ねぎ・ねぎ バナナ | 米・塩・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油 | 牛乳 ぱりんこ マリービス ケット | 牛乳 | ぱりんこ マリービス ケット | |

| 日 | 曜日 | 朝おやつ | 屋食 | 材 料 名 | | | おやつ | 材 料 名 | | |
|----|----|--------------------|--|---------------------------------|---|---|-------------------------|-----------------|----------|--|
| | | | | 赤: 血や肉を作る | 緑: 体の調子を整える | 黄: 熱や力の元になる | | 赤 | 緑 | 黄 |
| 16 | 月 | 牛乳 ルヴァン | ハヤシライス かみかみサラダ オレンジ | 牛肉 大豆・ちりめんじゃこ | 玉ねぎ・人参・トマトホール缶・ケチャップ 切干大根・きゅうり オレンジ | 米・なたね油・ビーフシチュールー・ハヤシフレーク ごまだれ | 牛乳 ウイナー 蒸しパン | 牛乳 ウイナー | | ホットケーキミックス |
| 17 | 火 | 牛乳 バナナ | ご飯 鶏肉のケチャップ焼き インゲンのサラダ キャベツのスープ | 鶏肉 ハム コンソメ | ケチャップ インゲン・コーン キャベツ・玉ねぎ・パセリ | 米 塩・上白糖・酒・なたね油 和風ドレッシング 塩 | 牛乳 ふかし芋 | 牛乳 | | さつま芋塩 |
| 18 | 水 | 牛乳 ぱりんこ | ご飯 鱈フライ 大根の梅和え 味噌汁 | あじフライ 揚げ・味噌 | 大根・人参・梅干し 小松菜・玉ねぎ | 米 なたね油・とんかつソース 上白糖・うす口しょうゆ | 牛乳 ブルーベリージャム サンド | 牛乳 | | 食パン ブルーベリージャム |
| 19 | 木 | 牛乳 野菜ク ラッカー | きつねうどん かぼちゃのそぼろ煮 みかん缶 | 揚げ・かまぼこ・風味だし汁 鶏ミンチ・風味だし汁 | ほうれん草・人参・しめじ かぼちゃ・グリーンピース みかん缶 | うどん・上白糖・濃口しょうゆ・みりん・濃口しょうゆ 濃口しょうゆ・上白糖・みりん・片栗粉 | お茶 ぼたもち | こしあん きな粉 | | ほうじ茶 米 もち米 塩 上白糖 |
| 21 | 土 | 牛乳 ハッピー ターン | チャーハン 中華スープ バナナ | ウイナー・チキンスープ チキンスープ | 人参・玉ねぎ・ねぎ・コーン チンゲン菜・玉ねぎ バナナ | 米・濃口しょうゆ・塩・ごま油 塩 | 牛乳 ぼたぼた焼 き ラムネ | 牛乳 | | ぼたぼた 焼 ラムネ |
| 23 | 月 | 牛乳 ルヴァン | ご飯 豚肉のねぎ塩炒め チンゲン菜のポン酢和え 白菜のスープ | 豚肉・チキンスープ かに風味かまぼこ チキンスープ | 玉ねぎ・白ねぎ チンゲン菜・コーン 白菜・人参・わかめ | 米 酒・塩・ごま油 ポン酢 塩 | 牛乳 バナナケー キ | 牛乳 鶏卵 | バナナ | 小麦粉 ベーキング パウダー 有塩バター 上白糖 |
| 24 | 火 | 牛乳 オレンジ | ご飯 メンチカツ ほうれん草とちくわの和え物 味噌汁 | メンチカツ ちくわ 揚げ・味噌 | ケチャップ ほうれん草・人参 大根・人参 | 米 植物油・とんかつソース うす口しょうゆ・上白糖 | 牛乳 りんご寒天 | 牛乳 | | 寒天 アップル ジュース 上白糖 |
| 25 | 水 | 牛乳 ぱりんこ | ご飯 白身魚のバターしょうゆ焼き キャベツのサラダ 味噌汁 | ホキ 味噌 | キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・わかめ | 米 酒・濃口しょうゆ・無塩バター 和風ドレッシング さつま芋 | 牛乳 ごまク キー | 牛乳 | | 小麦粉 黒ごま 上白糖 無塩バター |
| 26 | 木 | 牛乳 たべっ子 ベイビー | 他人丼 インゲンのごま和え 味噌汁 | 豚肉・鶏卵・風味だし汁 厚揚げ・味噌 | 玉ねぎ・人参・ねぎ インゲン・人参 玉ねぎ・わかめ | 米・濃口しょうゆ・みりん・上白糖 ごま・濃口しょうゆ・上白糖 | 牛乳 みかんヨー グルト | 牛乳 ヨーグル ト | みかん 缶 | 上白糖 |
| 27 | 金 | 牛乳 野菜ク ラッカー | 味噌ラーメン 餃子 オレンジ | 豚肉・チキンスープ・味噌 餃子 | キャベツ・コーン・もやし・ねぎ オレンジ | 中華そば・塩 | お茶 ひじきおに ぎり | 揚げ 風味だし 汁 | ひじき | ほうじ茶 米 ごま うす口し ょうゆ 上白糖 ごま油 |
| 28 | 土 | 牛乳 ハッピー ターン | ベーコンピラフ コンソメスープ バナナ | ベーコン・コンソメ コンソメ | 玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・しめじ・パセリ バナナ | 米・なたね油・塩 塩 | 牛乳 ビスコ ソフトサラ ダ | 牛乳 | | ビスコ ソフトサラ ダ |

