

令和6年度3月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材料名	献立	材料名
1	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:うどん、ブロッコリーのおかかあえ			3時:バナナ、せんべい、麦茶	
3	月	せんべい・麦茶 ひなまつり	ちらし寿司	花びらしゅうまい・和風パスタサラダ・オレンジ・すまし汁	米・ごぼう・人参・かんぴょう・ちくわ・卵・豚肉・玉ねぎ・生姜・しゅうまいの皮・キャベツ・もやし・きゅうり・人参・ツナ・オレンジ・花ふ・小松菜	ひなまつりケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・ほうれんそう・牛乳・バター・卵・ホイップ・いちご・牛乳 ※ホイップなし
4	火	ヨーグルト・麦茶	ごはん	マーボー豆腐・ブロッコリーのおかかあえ・バナナ・わかめスープ	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・ブロッコリー・おかか・バナナ・わかめ・長ねぎ	ココアラスク・牛乳	バケット・バター・グラニュー糖・ココア・牛乳 ※未満児:食パンのラスク
5	水	バナナ・牛乳	食パン	ハムカツ・ツナサラダ・チーズ・シチュー	食パン・ハムカツ・油・ソース・キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・コーン・鶏肉・牛乳・シチューミックス	いなり寿司・麦茶	米・味付け油揚げ・麦茶 ※いなりごはん
6	木	チーズ・麦茶	二色丼	中華ナムル・味噌汁	米・鶏肉・鮭・きざみのり・ほうれんそう・もやし・きゅうり・人参・ハム・里芋・小松菜	スティックパイ・牛乳	パイシート・グラニュー糖・シナモン・牛乳
7	金	卵ボーロ・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・ひじき煮・中華きゅうり・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・ひじき・豚肉・人参・油揚げ・ちくわ・椎茸・きゅうり・玉ねぎ・ニラ	アップルケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・りんご・牛乳・バター・卵・砂糖・牛乳
8	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:ミートソーススパゲッティ、キャベツの昆布あえ			3時:ゼリー、せんべい、麦茶	
10	月	クラッカー・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・キャベツの昆布あえ・トマト・春雨スープ	米・豚肉・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・トマト・春雨・小松菜・コーン	手作りポテトチップス・牛乳	じゃがいも・油・塩・青のり・牛乳
11	火	グレープゼリー・麦茶	ハヤシライス	ツナのあえもの・りんご	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・きゅうり・もやし・人参・ツナ・りんご	付け合わせパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし (うさぎ組:かぼちゃペースト)
12	水	りんご・牛乳	クロワッサン	タンドリーチキン・パスタサラダ・トマト・きのこのスープ	クロワッサン・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・にんにく・パスタ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・椎茸・エリンギ・えのき・ベーコン	おかかおにぎり・麦茶	米・醤油・酒・塩・おかか・麦茶
13	木	せんべい・麦茶 誕生日会	スパゲッティ	チーズサラダ・いちご	パスタ・豚肉・玉ねぎ・人参・カットマト缶・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・人参・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・いちご	ケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・卵・バター・牛乳・ホイップ・ブルーベリーソース・牛乳 ※未満児:ホイップ、ソースなし、バナナ添え
14	金	ビスケット・麦茶	ごはん	鮭の白醤油焼き・切干大根煮・スティックきゅうり・味噌汁	米・鮭の白醤油漬・切干大根・人参・いんげん・さつま揚げ・油揚げ・きゅうり・浅漬けのもと・卵・ニラ	マカロニきなこ・牛乳	マカロニ・きなこ・砂糖・牛乳
15	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:ラーメン、ほうれんそうの磯あえ			3時:ゼリー、せんべい、麦茶	
17	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	春巻き・ブロッコリーの炒め物・トマト・味噌汁	米・春巻き・油・ブロッコリー・コーン・ベーコン・カレー粉・トマト・豆腐・わかめ	フルーツヨーグルト・せんべい	ヨーグルト・りんご・バナナ・サラダせんべい ※未満児:せんべい→野菜ハイハイせん
18	火	コーンフレーク・牛乳	コッペパン	鶏肉のトマトソースがけ・ポテトサラダ・チーズ・コーンスープ	コッペパン・鶏肉・玉ねぎ・ケチャップ・じゃがいも・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・コーン・玉ねぎ	しらすおにぎり・麦茶	米・しらす・麦茶・(梅干し)
19	水	せんべい・麦茶	ラーメン	餃子・バナナ	中華めん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・わかめ・豚肉・キャベツ・ニラ・にんにく・生姜・餃子の皮・バナナ	チーズ蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・チーズ・牛乳
21	金	りんごゼリー・麦茶	ごはん	タラの味噌バター焼き・肉じゃがが煮・中華きゅうり・すまし汁	米・タラの味噌バター・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・しらたき・きゅうり・豆腐・水菜	ホットドック・牛乳	ロールパン・ウインナー・ケチャップ・牛乳 ※未満児:ケチャップなし
22	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:焼きそば、ブロッコリーのおかかあえ			3時:バナナ、せんべい、麦茶	
24	月	ビスケット・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・キャベツとわかめのあえもの・トマト・味噌汁	米・豚肉・生姜・キャベツ・もやし・きゅうり・わかめ・浅漬けのもと・トマト・大根・油揚げ	フルーチェ・せんべい	フルーチェ・牛乳・ぼたぼたせんべい ※未満児:せんべい→野菜ハイハイせん
25	火	チーズ・麦茶 バイキング	さくらごはん	鶏のからあげ・春雨サラダ・いちご・味噌汁・果物ジュース	米・醤油・酒・塩・鶏肉・にんにく・生姜・油・春雨・きゅうり・人参・ハム・いちご・豆腐・なめこ・果物ジュース	ミルクパン・牛乳	ミルクパン・牛乳 ※ロールパン
26	水	バナナ・牛乳	食パン	お好み焼き風ハンバーグ・マカロニサラダ・チーズ・クラムチャウダー	食パン・豚肉・キャベツ・卵・ソース・ケチャップ・おかか・青のり・マカロニ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・あさり・人参・玉ねぎ・じゃがいも・コーン・牛乳	わかめおにぎり・麦茶	米・わかめごはんのもと・麦茶・(梅干し)
27	木	ヨーグルト・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・野菜のごまあえ・煮卵・豆腐のスープ	米・サバの味噌煮・もやし・いんげん・人参・すりごま・うずらの卵・豆腐・玉ねぎ・小松菜	バナナケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・バナナ・牛乳・バター・卵・牛乳
28	金	せんべい・麦茶 卒園祝いメニュー	赤飯	エビフライ・和風サラダ・りんご・すまし汁	米・もち米・ささげ・ごま塩・エビフライ・油・ソース・キャベツ・もやし・きゅうり・かまぼこ・わかめ・りんご・かき菜・花ふ	いちごパフェ・牛乳	アイス・コーンフレーク・ホイップ・いちご・チョコソース・牛乳 ※ゼリー・いちご添え・麦茶
31	月	チーズ・麦茶	カレーライス	コールスローサラダ・福神漬け・バナナ	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールー・キャベツ・きゅうり・コーン・りんご・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬け・バナナ	ホットケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・牛乳・卵・バター・シロップ・牛乳 ※未満児:シロップなし

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



3月平均栄養価

3歳未満児

エネルギー 585kcal
たんぱく質 18.9g
カルシウム 210mg
食塩 2.1g
脂質 18.5g

3歳以上児

エネルギー 599kcal
たんぱく質 19.8g
カルシウム 216mg
食塩 2.2g
脂質 19.5g