

2025年3月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼食	材料名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	
月	3 17 31	③ちらし寿司 ぶりの照り焼き 菜の花のお浸し 花麩のすまし汁	①⑩ごはん ぶりの照り焼き 菜の花のお浸し 麩のすまし汁	③精白米・胚芽米・米酢(2歳児から)・素精糖・塩・ごま・人参 ④精白米・胚芽米 ぶりの照り焼き 菜の花・小松菜・削り節・醤油・かつおだし 麩・三つ葉・醤油・みりん・酒・塩・かつおだし・昆布だし	野菜やわらかくゆでる	桜クッキー いちごジャム・桜パウダー・ホットケーキミックス(無糖)・素精糖・マーガリン・全粒粉 くだもの・牛乳	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩
火	4 18	カレーライス 小松菜のしらす和え もやしときくらげのスープ	精白米・胚芽米・豚肉・じゃが芋・にんじん・玉葱・なたね油・バター・薄力粉・カレー粉・牛乳・りんご・海水塩 小松菜・しらす・にんじん・かつおだし・醤油 もやし・にんじん・きくらげ・かつおだし・醤油	ひき肉対応 野菜やわらかくゆでる	冷やしクリームサンド 食パン・生クリーム・素精糖・みかん缶・もも缶	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	
水	5 19	メンチカツ★ 切干大根の煮物 ごはん 麩と青菜の澄まし汁	豚ひき・玉葱・パセリ・パン粉・海水塩・米油 切干大根・干し椎茸・にんじん・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・酒・みりん 精白米・胚芽米 麩・ほうれん草・海水塩・醤油・豆腐・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	焼きいも さつまいも・海水塩	焼肉ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	
木	6	ポークマリネード マセドアンサラダ ごはん ブロッコリーの野菜スープ	ピーマン・玉葱・セロリ・玉葱・酒・素精糖・醤油・米酢・なたね油 0,1歳児)ハンバーグあんかけ豚ひき・葱・パン粉・牛乳2歳児・幼児マリネ 豚肉 南瓜・じゃが芋・きゅうり・干しぶどう・米酢・なたね油・海水塩 精白米・胚芽米 にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・海水塩・かつおだし	野菜やわらかくゆでる	エビピラフ 精白米・胚芽米・人参・バター・玉葱・えび・コーン・海水塩・なたね油・パセリ	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	
金	7 21	めかじきの生姜焼き 五目金平 ごはん 菜の花と豆腐の澄まし汁	かじき・生姜・醤油・みりん れんこん・にんじん・ごぼう・ピーマン・糸こんにゃく・ごま・菜種油・素精糖・みりん・醤油・じゃが芋(乳児) 精白米・胚芽米 菜花・豆腐・塩蔵わかめ・海水塩・酒・醤油・かつおだし・こんぶだし	とろみをつける 野菜やわらかくゆでる	ココアリング ココアリング	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま	
土	8 22	田舎うどん ほうれん草の胡麻和え ゼリー	うどん・豚肉・にんじん・ねぎ・しいたけ・かつおだし・味噌 ほうれん草・人参・ごま・素精糖・醤油 100%ストレートジュース・アガー・素精糖・水	ひき肉対応 野菜やわらかくゆでる	ラスク・チーズ パン卵なし・バター・素精糖 チーズ くだもの・牛乳		
月	10 24	揚げ魚のおろし煮★ キャベツの土佐酢和え ごはん ニラと豆腐の味噌汁	さわら・片栗粉・なたね油・だいこん・醤油・みりん・かつおだし キャベツ・にんじん・海水塩・醤油・米酢・素精糖・けずりぶし 精白米・胚芽米 にら・たまねぎ・豆腐・味噌・かつおだし・煮干し	ひき肉対応 野菜やわらかくゆでる	黒蒸しパン ホットケーキミックス・黒砂糖・干しぶどう・牛乳・豆乳	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	
火	11 25	豚肉とたけのことピーマンの炒め物 大根と生揚げの煮物 ごはん ふのりと青菜の味噌汁	豚ひき(0,1歳児)・豚肉(2歳児・幼児)・酒・醤油・片栗粉・生姜・菜種油・玉葱・ピーマン・片栗粉・素精糖・かつおだし だいこん・生揚げ・にんじん・素精糖・醤油・海水塩 精白米・胚芽米 麩・ふのり・万能ねぎ・青菜・煮干し・かつおだし	とろみをつける	マカロニきなこ★ マカロニ・きなこ・素精糖・海水塩	わかめおにぎり 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	
水	12 26	豆腐のつくね 春雨の中華和え ごはん キャベツの味噌汁	豆腐・ひじき・にんじん・ひき肉・あさつき・海水塩・醤油・片栗粉・なたね油 ⑥豆腐・エビ・にんじん・ひき肉・玉葱・海水塩・醤油・片栗粉・なたね油・素精糖・みりん 春雨・きゅうり・にんじん・もやし・ハム・ごま油・米酢・醤油・素精糖・海水塩 精白米・胚芽米 キャベツ・玉葱・塩蔵わかめ・人参・味噌・煮干し・かつおだし	ひき肉対応 野菜やわらかくゆでる	大学芋 さつまいも・米油・素精糖 もちもちドーナツ★ 絹豆腐・ホットケーキミックス 素精糖・なたね油・粉砂糖 くだもの・牛乳	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・塩昆布	
木	13 27	鮭のパン粉焼き ブロッコリーと人参のオーロラ和え ごはん かぼちゃのポタージュ	生鮭・にんにく・酒・海水塩・パン粉・パセリ・オリーブ油 ブロッコリー・にんじん・マヨネーズ・トマトピューレ・海水塩 精白米・胚芽米 かぼちゃ・玉葱・パセリ・かつおだし・豆乳・海水塩	野菜やわらかくゆでる	チーズ入りわかめおにぎり 精白米・胚芽米・わかめ・チーズ・海水塩 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	
金	14 28	⑭ツナそぼろ きゅうりのしらす和え ごはん じゃがいもとの味噌汁	⑭ツナ・高野豆腐・にんじん・しょうが・ごま・醤油・素精糖・みりん・酒・片栗粉 きゅうり・しらす・醤油・酢 精白米・胚芽米 じゃがいも・ほうれん草・たまねぎ・煮干し・味噌	⑭サバ・ほうれん草・たまねぎ・かぼちゃ・なたね油・薄力粉・バター・カレー粉・しめじ・海水塩・醤油・ウスターソース・ケチャップ・牛乳・サフラン ⑮野菜やわらかくゆでる カリフラワー・ブロッコリー・紫ブロッコリー・ささみ・にんじん・コーン・海水塩・マヨネーズ にんじん・たまねぎ・海水塩・かつおだし・豆乳・牛乳・パセリ	野菜やわらかくゆでる	⑭せりうどん 干しうどん・鶏ひき・せり・にんじん・長葱・醤油・酒・海水塩・かつおだし・昆布だし ⑮にこちゃんクッキー さつまいも・ホットケーキミックス(無糖)・素精糖・マーガリン・くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりごま
土	1 15 29	五目うどん 煮豆 フルーツヨーグルト	うどん・豚肉・にんじん・ねぎ・しいたけ・油揚げ・ごぼう・かつおだし・味噌 いんげん豆・素精糖・塩 ヨーグルト・素精糖・みかん・もも・ぶどう	野菜やわらかくゆでる	ジャムパン・小魚 食パン卵なし・ジャム・小魚 くだもの・牛乳	2月3月は★マークはぞう組さんのリクエスト献立となっております。どの子のリクエストかは当日のお楽しみに◎★★はクラスのみんなで話し合っ決めてました。	

* 乳児)エネルギー441kcal たんぱく質16.2g 脂質14.8g * 幼児)エネルギー555kcal たんぱく質20.6g 脂質18.3g
 * 3時の牛乳は豆乳入りです * 材料の関係で献立が変更になることもあります。
 * 園で初めて食べる食材がないようにご家庭で献立を確認してください。不明点がございましたら調理室までお声がけください。