

令和7年3月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 土	ソフトフランス(ジャムマーガリン) グラタン 牛乳 パナナ	リンゴジュース ばかうけ	成鶏、もも(皮つき、生) プロセスチーズ 普通牛乳 普通牛乳200	ジャムパン 無塩バター マカロニスバグッティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ(生) パナナ(生)	エネルギー: 795kcal たんぱく: 21.2g 脂質: 32.3g	カルシウム: 362mg 食塩相当量: 2.3g
2 日							
3 月	春キャベツシチュー 竹輪とひき肉煮 牛乳 さつま芋チップ いちご ひなあられ	麦茶 ひなケーキ	成鶏、もも(皮つき、生) ぶた、ひき肉(生) 焼き竹輪 普通牛乳100	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) さつまいも(塊根、皮むき、生) サラワ油(ハイオレイック) 米菓(塩せんべい) ショートケーキ	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 503kcal たんぱく: 14.9g 脂質: 19.5g	カルシウム: 174mg 食塩相当量: 1g
4 火	焼き魚(鮭) 春雨サラダ 大根煮 なめこ汁 パナナ	ミレービスケット なかよしヨーグルト	ペリ(ぎ)生(生) ハム(ロース) かつお節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	緑豆はるさめ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 ビスケット(ソフト)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たいこん(根、皮つき、生) なめこ(水煮缶詰) 糸みつば(葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 326kcal たんぱく: 18.7g 脂質: 9.7g	カルシウム: 107mg 食塩相当量: 1g
5 水	チキンカツ 千切キャベツ もやし汁 清見オレンジ	牛乳 ミニメロンパン	鶏卵、全卵(生) 若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	パン粉(生) 薄力粉(1等) サラワ油(ハイオレイック)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ブラックマッペもやし(生) パンシヤオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 517kcal たんぱく: 23.3g 脂質: 23.6g	カルシウム: 171mg 食塩相当量: 1.3g
6 木	里芋の煮物 野菜入り卵焼き きやべつ汁 いちご	牛乳 ビスコ	若鶏、もも(皮つき、生) 油揚げ 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車糖(三温糖) さといも(球茎、生) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) ほろりんそう(葉、連年平均、生) キャベツ(結球葉、生) えのきたけ(生) いちご(生)	エネルギー: 369kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 17.2g	カルシウム: 189mg 食塩相当量: 1g
7 金	ちらし寿司 カジキマグロの竜田揚げ みつ葉のすまし汁 菜の花和え フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	鶏卵、全卵(生) めかじき(生) 絹ごし豆腐 かつお節 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) きくも(塊茎、生) こま(いり) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) かんぴょう(乾) 糸みつば(葉、生) 和種なばな(花らい、葉、生) えのきたけ(生) いちご(生) グレーフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 426kcal たんぱく: 26.3g 脂質: 22.5g	カルシウム: 203mg 食塩相当量: 1.2g
8 土	ソフトフランス(あんバターパン) かぶの豆乳スープ 牛乳 清見オレンジ	気になるジュース 星たべよ	ベーコン(ロース) 普通牛乳200	あんパン 無塩バター 豆乳(調整豆乳) 米菓(塩せんべい)	かぶ(根、皮つき、生) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) パンシヤオレンジ(砂じょう、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 641kcal たんぱく: 19.4g 脂質: 25.3g	カルシウム: 321mg 食塩相当量: 2g
9 日							
10 月	 リクエスト献立♡	カップdeヤクルト 芋 花子	ぶた中型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 ハム(プレス) 鶏卵、全卵(生)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 さつまいも(塊根、皮むき、生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) ほうろく(結球葉、生) うんしゅうかん(しょうゆ(普通、生))	エネルギー: 542kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 28.7g	カルシウム: 225mg 食塩相当量: 2.3g
11 火	タラの野菜あんかけ ブロッコリーサラダ 大根汁 いちご	スポン ゴマせんべい	まだら(生) ハム(ロース) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ)	薄力粉(1等) サラワ油(ハイオレイック) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) フレンチドレッシング 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) ほうろく(結球葉、生)	エネルギー: 279kcal たんぱく: 12.8g 脂質: 6.7g	カルシウム: 104mg 食塩相当量: 0.9g
12 水	鶏のから揚げ 千切キャベツ 春雨スープ 金時豆 パナナ	牛乳 ワッフル	若鶏、もも(皮つき、生) ベーコン(ロース) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100	なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) 結豆(はるさめ、乾) 車糖(三温糖) ワッフル(カスタードクリーム入り)	にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 518kcal たんぱく: 21.3g 脂質: 24.2g	カルシウム: 182mg 食塩相当量: 1.5g
13 木	厚揚げの中華煮 半月卵 まいたけ汁 美生柑	牛乳 ムーンライト	生揚げ 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ(葉、生) はくさい(結球葉、生) まい(葉、生) 葉ねぎ(葉、生) うんしゅうかん(しょうゆ(普通、生))	エネルギー: 305kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 14.9g	カルシウム: 255mg 食塩相当量: 0.3g
14 金	きのこスパゲティ 照り焼きチキン 牛乳 ブロッコリー	りんごゼリー ぱりんこ	ベーコン(ロース) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	マカロニスバグッティ(乾) 有塩バター 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ぶなしめじ(生) しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 516kcal たんぱく: 21.8g 脂質: 19g	カルシウム: 142mg 食塩相当量: 1.3g
15 土							
16 日							
17 月	レバーの竜田揚げ 青菜和え 豚汁 清見オレンジ	なかよしヨーグルト アンパンマンせんべい	ぶた、肝臓(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ぶた大型種、かた(ロース) (脂身つき、生)	でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 米菓(塩せんべい)	こまつな(葉、生) ブラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) こぼろ(根、生) 福寿草(葉、軟白、生) たいこん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) パンシヤオレンジ	エネルギー: 294kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 10.3g	カルシウム: 149mg 食塩相当量: 1.2g
18 火	さわらのムニエル 小松菜のゴマ和え コンスープ 宇和ゴールド	牛乳 ぼたもち	さわら(生) 普通牛乳100 あずき(全粒、乾) きな粉(全粒大豆、大豆)	有塩バター 薄力粉(1等) こま(いり) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温糖)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) レモン(果汁、生) こまつな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(クリーム) スライスした、オーブン調理済み(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生)	エネルギー: 445kcal たんぱく: 22.3g 脂質: 13g	カルシウム: 216mg 食塩相当量: 1g
19 水	焼肉 ビーフソテー みつ葉のかき玉汁 菜の花和え パナナ	牛乳 手作りクリームボックス	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ロース) かつお節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳100 加糖練乳 普通牛乳1リットル	ビーフン、オリブ油 有塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) 食パン ざらめ糖(グラニュー糖)	にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生)	エネルギー: 509kcal たんぱく: 21.9g 脂質: 21.7g	カルシウム: 231mg 食塩相当量: 1.5g
20 木							
21 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 ブロッコリー 宇和ゴールド	ジョア(ブルーベリー) クラッカー	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	蒸し中華めん なたね油 車糖(三温糖) クラッカー(ソーダ)	あおさ(葉、生) たまねぎ(りん茎、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) グレーフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 497kcal たんぱく: 21.1g 脂質: 14.8g	カルシウム: 437mg 食塩相当量: 0.9g
22 土	野菜サンド いちごジャムサンド 牛乳 いちご	きになる野菜 (トマト&赤ぶどう) Caせんべい	まぐろ(煮詰) 油漬、フレック、ライト) 普通牛乳200	ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、低糖度) 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 627kcal たんぱく: 19.9g 脂質: 22.4g	カルシウム: 285mg 食塩相当量: 1.7g
23 日							
24 月	ハッシュドポーク キャベツ和え 牛乳 パナナ	ソファール(プレーン) ハッピータン	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳100	サウザンアイランドドレッシング 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) マヨネーズ(生) 赤色トマト(果実、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生) パナナ(生)	エネルギー: 365kcal たんぱく: 13.5g 脂質: 12.5g	カルシウム: 278mg 食塩相当量: 1.2g
25 火	焼き魚(ほっけ) マカロニサラダ ニラ玉汁 いちご	ジョア(プレーン) パ ンダクッキー	ほっけ(生) ハム(ロース) プロセスチーズ 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	マカロニスバグッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ほうろく(結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 391kcal たんぱく: 21g 脂質: 15.5g	カルシウム: 355mg 食塩相当量: 0.9g
26 水	カツギョウザ 三色和え 白菜汁 清見オレンジ	牛乳 フレンチトースト	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ぶた、ひき肉(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サラワ油(ハイオレイック) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 食パン 車糖(三温糖) メープルシロップ 有塩バター	キャベツ(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) こまつな(葉、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) にんじん(根、皮つき、生) はくさい(結球葉、生) パンシヤオレンジ	エネルギー: 468kcal たんぱく: 20.9g 脂質: 22.7g	カルシウム: 220mg 食塩相当量: 1.3g
27 木	五目納豆 さつまいもの甘煮 もずくスープ 茹でアスパラ パナナ	牛乳 ブルーベリー カップケーキ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 普通牛乳100 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター ブルーベリー(ジャム)	ほうろく(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) もずく(塊根、塩抜き) ブラックマッペもやし(生) アスパラガス(若茎、生) パナナ(生)	エネルギー: 526kcal たんぱく: 18.4g 脂質: 24.1g	カルシウム: 292mg 食塩相当量: 1.4g
28 金	ひじきと炒り豆腐 ス克蘭ブルエッグ 小松菜汁 いちご	野菜生活 じゃこせんべい	焼き竹輪 木綿豆腐 鶏卵、全卵(生) まぐろ(煮詰) 水漬、フレック、ライト) かつお節 米みそ(甘みそ)	車糖(三温糖) なたね油 焼きふ(親世) 米菓(塩せんべい)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) いちご(生)	エネルギー: 264kcal たんぱく: 13.9g 脂質: 8.6g	カルシウム: 204mg 食塩相当量: 1.5g
29 土	ソフトフランス(甘バター) コロコロスープ 牛乳 宇和ゴールド	気になるジュース まあるいクラッカー	ベーコン(ロース) 普通牛乳200	フランスパン 有塩バター オリブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) クラッカー(ソーダ)	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) グレーフルーツ(白肉種、砂じょう、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 644kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 19.8g	カルシウム: 283mg 食塩相当量: 3.8g
30 日							
31 月	チーズカレー カラフルサラダ 牛乳 パナナ	なかよしヨーグルト ねじりん棒	プロセスチーズ ぶた大型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) サチュールチーズ(エダム) 普通牛乳100	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) フレンチドレッシング 米菓(塩せんべい)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生) ほうろく(結球葉、生)	エネルギー: 415kcal たんぱく: 13.7g 脂質: 16.1g	カルシウム: 280mg 食塩相当量: 1.9g

給食MEMO
7日(金) お誕生会
10日(月) リクエスト献立
15日(土) 卒園証書授与式
20日(木) ♪春分の日

材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和7年3月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日 曜	献立名			あか			黄			みどり			栄養価		
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	エネルギー	たんぱく質	脂質
1 土	麦茶 卵サブレ	ソフトフランス(ジャムマーガリン) グラタン 牛乳 パナナ	リンゴジュース ばかうけ	成鶏 もも(皮つき、生) プロセス チーズ 普通牛乳 普通牛乳100	サブレ ジャムパン 無塩バター マ カロニスバググティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) ぶなしめじ (生) パナナ(生)	エネルギー: 652kcal たんぱく質: 15.4g 脂質: 24.9g	カルシウム: 228mg 食塩相当量: 1.5g							
2 日															
3 月	牛乳 ひなあられ	春キャベツシチュー 竹輪とひき肉煮 さつま芋チップ いちご ご飯	麦茶 ひなケーキ	普通牛乳100 成鶏、むね(皮つき、 生) ぶた、ひき肉(生) 焼き竹輪	ウエハース(じゃがいも(塊茎、皮な し、生) 車糖(三温糖) でん粉(じゃ がいもでん粉) さつまいも(塊根、皮 むき、生) サラワー油(ハイオレ インック) 水稲穀粒(精白米) ショー ト	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) いちご(生)	エネルギー: 541kcal たんぱく質: 14.8g 脂質: 18g	カルシウム: 162mg 食塩相当量: 0.6g							
4 火	麦茶 いちご	焼き魚(鮭) 春雨サラダ 大根煮 ご飯 なめこ汁 パナナ	ミレービスケット なかよしヨーグルト	ペにぎ(生) ハム(ローズ) かつ お節 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	緑豆はるさめ(乾) ドレッシングタイプ 和風調味料 水稲穀粒(精白米) ビ スケケット(ソフト)	いちご(生) レタス(土耕栽培、結球 葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) だいこん(根、皮 つき、生) なめこ(水産缶詰) 糸み つ(果実、生) パナナ(生) うんしゅう	エネルギー: 419kcal たんぱく質: 17.4g 脂質: 9.3g	カルシウム: 110mg 食塩相当量: 0.8g							
5 水	ジョア (プレーン) 白い風船	チキンカツ 千切りキャベツ もやし汁 ご飯 清見オレンジ	牛乳 ミニメロンパン	鶏卵 全卵(生) 若鶏、むね(皮つ き、生) ハム(ローズ) 油揚げ かつ お節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	ウエハース パン粉(生) 薄力粉(1 等) サラワー油(ハイオレインック) 緑豆はるさめ(乾) ドレッシングタイプ 和風調味料 水稲穀粒(精白米)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にん じん(根、皮つき、生) きゅうり(果 実、生) ブラックマッペもやし(生) パ レンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー: 742kcal たんぱく質: 30.4g 脂質: 23.1g	カルシウム: 436mg 食塩相当量: 1.3g							
6 木	麦茶 歌舞伎揚げ	里芋の煮物 野菜入り卵焼き きやべつ汁 ご飯 いちご	牛乳 ビスコ	若鶏、むね(皮つき、生) 油揚げ 鶏 卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘 みそ) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) さいも(球茎、生) 水稲穀粒(精白 米) ビスケケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ (りん茎、生) ほうれんそう(葉、生) 平均(生) キャベツ(結球葉、生) え のきたけ(生) いちご(生)	エネルギー: 478kcal たんぱく質: 16.1g 脂質: 15.7g	カルシウム: 178mg 食塩相当量: 0.9g							
7 金	ぶどうゼリー	ちらし寿司 カジキマグロの竜田揚げ みつ葉のすまし汁 菜の花和え フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	鶏卵 全卵(生) めかじ(生) 絹ご し豆腐 かつお節 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) きくいも(塊茎、 生) ごま(白) 車糖(三温糖) でん 粉(じゃがいもでん粉) なたね油 ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) かんぴょう (乾) 糸みつ(果実、生) のり(乾燥 海苔、生) えのきたけ(生) いちご (生) グレープフルーツ(白肉 種、砂じょう、生)	エネルギー: 526kcal たんぱく質: 19.8g 脂質: 17.1g	カルシウム: 190mg 食塩相当量: 1g							
8 土	麦茶 動物ビスケット	ソフトフランス(あんバターパン) かぶの豆乳スープ 牛乳 清見オレンジ	気になるジュース 星たべよ	ベーコン(ローズ) 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) あんパン 無塩バ ター 豆乳(調整豆乳) 米菓(塩せん べい)	かぶ(根、皮つき、生) にんじん(根、 皮つき、生) はくさい(結球葉、生) パレンシアオレンジ(砂じょう、生) ぶ どう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 551kcal たんぱく質: 13.9g 脂質: 21.7g	カルシウム: 190mg 食塩相当量: 1.4g							
9 日															
10 月	カルビス きなこせんべい	♡リクエスト献立♡		ぶた中型種 かつ(脂身つき、生) ハ ム(ローズ) 普通牛乳100 ハム(プ レス) 鶏卵 全卵(生)	乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せん べい) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 薄力粉(1等) パン粉(乾燥) なたね油 水稲穀粒 (精白米) さつまいも(塊根、皮むき、 生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) にんにく(りん茎、生) スイートコーン(凍結種子、砂で) き ゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、 生) うんしゅうみかん、しょうゆ(香 種、砂じょう、生)	エネルギー: 609kcal たんぱく質: 15.1g 脂質: 24.5g	カルシウム: 216mg 食塩相当量: 1.7g							
11 火	牛乳 バナナ	タラの野菜あんかけ ブロッコリーサラダ 大根汁 ご飯 いちご	スボロン ゴマせんべい	普通牛乳100 まだら(生) ハム (ローズ) 油揚げ かつお節 米みそ (甘みそ)	薄力粉(1等) サラワー油(ハイオ レインック) 車糖(三温糖) でん粉 (じゃがいもでん粉) フレンチドレ ッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩 せんべい)	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピー マン(果実、生) レタス(土耕栽培、結 球葉、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 486kcal たんぱく質: 16.6g 脂質: 9.5g	カルシウム: 217mg 食塩相当量: 1g							
12 水	ミルミル ビスコ	鶏のから揚げ 千切りキャベツ 春雨スープ ご飯 金時豆 パナナ	牛乳 ワッフル	鶏卵 もも(皮つき、生) ベーコン (ベーコン) さき(全粒、乾) 普通 牛乳100	ビスケット(ソフト) なたね油 でん粉 (じゃがいもでん粉) 緑豆はるさめ (乾) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三 温糖) ワッフル(カスタードクリーム入 り)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) チンゲンサイ (葉、生) パナナ(生)	エネルギー: 716kcal たんぱく質: 17.1g 脂質: 26.6g	カルシウム: 277mg 食塩相当量: 1.1g							
13 木	ソファール (プレーン)	厚揚げの中華煮 半月卵 まいたけ汁 ご飯 美生柑	牛乳 ムーンライト	生揚げ 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒 (精白米) ビスケケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) チンゲン サイ(葉、生) はくさい(結球葉、生) まいたけ(生) 美生柑(葉、生) うん しゅうみかん、しょうゆ(普通、生)	エネルギー: 477kcal たんぱく質: 17.1g 脂質: 15.6g	カルシウム: 350mg 食塩相当量: 0.3g							
14 金	麦茶 あじ一番	きのこスパゲティ 照り焼きチキン 牛乳 ブロッコリー いちご	りんごゼリー ぱりんこ	ベーコン(ベーコン) 若鶏、もも(皮つ き、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニスバ ググティ(乾) 有塩バター	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) ぶなしめじ(生) しょう が(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 513kcal たんぱく質: 19.1g 脂質: 16.2g	カルシウム: 142mg 食塩相当量: 1.1g							
15 土	麦茶 もち麦せんべい	卒園証書授与式 (菓子袋)													
16 日															
17 月	牛乳 かぼちゃポーロ	レバーの竜田揚げ 青菜和え 豚汁 ご飯 清見オレンジ	なかよしヨーグルト ア ンパンマンせんべい	普通牛乳100 ぶた、肝臓(生) かつ お節 米みそ(甘みそ) ぶた大型種 かつ(ローズ) 脂身つき、生)	ポーロ(衛生ポーロ) でん粉(じゃ がいもでん粉) なたね油 水稲穀粒(精 白米) 米菓(塩せんべい)	こまつな(葉、生) ブラックマッペも やし(生) にんじん(根、皮つき、生) こ ぼろ(根、生) 根菜ねぎ(葉、軟白、 生) ほうれんそう(葉、生) はく さい(結球葉、生) うんしゅうみかん	エネルギー: 474kcal たんぱく質: 18.2g 脂質: 12.9g	カルシウム: 253mg 食塩相当量: 0.9g							
18 火	麦茶 いちご	さわらのムニエル 小松菜のゴマ和え コンスープ ご飯 宇和ゴールド	牛乳 ぼたもち	さわら(生) 普通牛乳100 あずき(全 粒、乾) きな粉(全粒大豆、黄大豆)	有塩バター 薄力粉(1等) ごま(白 り) 水稲穀粒(精白米) 車糖(三温 糖)	いちご(生) エリンギ(生) えのきた け(生) レモン(果汁、生) こまつな (葉、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコー ン(クリームスタイル) グレープ	エネルギー: 501kcal たんぱく質: 20.5g 脂質: 11.2g	カルシウム: 203mg 食塩相当量: 0.7g							
19 水	野菜生活 マリビスケット	焼肉 ピーフンソテー みつ葉のかき玉汁 ご飯 菜の花和え パ ナナ	牛乳 手作りクリームボックス	ぶた大型種、ローズ(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵 (生) 普通牛乳100 加糖練乳 普通 牛乳1リットル	ビスケット(ソフト) ピーフン オリーブ 油 水稲穀粒(精白米) 有塩バター (全粒) マヨネーズ(全卵型) マヨネ ーズ(全粒型) 水稲穀粒(精白米) 薄 力粉(1等) サラワー油(ハイオレイン ック) 車糖(三温糖) 有塩バター	にんじん(根、皮つき、生) キャベツ (結球葉、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう(葉、生) 和種ばな(花なし 茎、生) ブラックマッペもやし(生) パ ナナ(生)	エネルギー: 616kcal たんぱく質: 21.1g 脂質: 22.5g	カルシウム: 215mg 食塩相当量: 1.2g							
20 木	春分の日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸													
21 金	りんごゼリー	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 ブロッコリー 宇和ゴールド	ジョア (ブルーベリー) クラッカー	ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	蒸し中華めん なたね油 車糖(三温 糖) クラッカー(ソーダ)	あおさ(葉干し) たまねぎ(りん茎、 生) 青ピーマン(果実、生) にんじん (根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、 生) ブロッコリー(花序、生) グレー プフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー: 526kcal たんぱく質: 19g 脂質: 13.3g	カルシウム: 433mg 食塩相当量: 0.9g							
22 土	麦茶 どうもろこしあら れ	いちごジャムサンド 野菜サラダ 牛乳 いちご	きになる野菜 (トマト&赤ぶどう) Caせんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレック、ライト) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) ロールパン いち ご(ジャム、低糖度) マヨネーズ(全 卵型)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) き ゅうり(果実、生) いちご(生)	エネルギー: 376kcal たんぱく質: 10g 脂質: 9.3g	カルシウム: 144mg 食塩相当量: 1g							
23 日															
24 月	麦茶 豆乳クッキー	ハッシュドポーク キャベツ和え 牛乳 パナナ ご飯	ソファール(プレーン) ハッピータン	ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 普 通牛乳100	ビスケット(ソフト) サウザンアイ ランドドレッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰 (ホール、食塩無添加) マッシュル ム(生) 赤色トマト(果実、生) キャ ベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮 つき、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 514kcal たんぱく質: 14.9g 脂質: 15g	カルシウム: 276mg 食塩相当量: 1.1g							
25 火	なかよしプリン	焼き魚(ほっけ) マカロニサラダ ニラ玉汁 ご飯 いちご	ジョア(プレーン) パ ンダクッキー	ほっけ(生) ハム(ローズ) プロセス チーズ 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	マカロニスバググティ(乾) マヨネ ーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ビ スケケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) きゅう り(果実、生) ほうれんそう(葉、生) いちご(生)	エネルギー: 543kcal たんぱく質: 21.3g 脂質: 15.5g	カルシウム: 376mg 食塩相当量: 0.8g							
26 水	麦茶 バナナ	カツギョウザ 三色和え 白菜汁 ご飯 清見オレンジ	牛乳 フレンチトースト	ぶた大型種、かつ(脂身つき、生) 若 鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳 100 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サラ ワー油(ハイオレインック) じゃがい も(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精 白米) 有塩バター 車糖(三温糖) メープルシロップ、有塩バター	バナナ(生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン(凍結種子、砂で) にん じん(根、皮つき、生) はくさい(結 球葉、生) パレンシアオレンジ(砂じ ょう、生)	エネルギー: 537kcal たんぱく質: 19.5g 脂質: 17.7g	カルシウム: 204mg 食塩相当量: 0.9g							
27 木	ヤクルト コーンポタ ージュせんべい	五目納豆 さつまいもの甘煮 もずくスープ ご飯 茹でアスパラ パナナ	牛乳 ブルーベリーカップケ ーキ	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納 豆 プロセスチーズ 普通牛乳100 普通牛乳	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵 型) マヨネーズ(全粒型) 水稲穀粒(精 白米) 車糖(三温糖) 有塩バター プレミックス粉(ホットケーキ用) 有 塩バター(ブルーベリー) ジャム	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん (根、皮つき、生) もずく(塊根、塩 漬) ブラックマッペもやし(生) アス パラガス(若茎、生) パナナ(生)	エネルギー: 609kcal たんぱく質: 18.3g 脂質: 19g	カルシウム: 281mg 食塩相当量: 1.1g							
28 金	牛乳 セブーレ	ひじきと炒り豆腐 ス克蘭ブルエッグ 小松菜汁 ご飯 いちご	野菜生活 じゃこせんべい	普通牛乳100 焼き竹輪 木綿豆腐 鶏卵 全卵(生) まぐろ類缶詰(水 煮、フレック、ライト) かつお節 米 みそ(甘みそ)	なたね油 焼きそば(精製) 水稲穀粒 (精白米) 米菓(塩せんべい)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮 つき、生) たまねぎ(りん茎、生) こ まつな(葉、生) いちご(生)	エネルギー: 477kcal たんぱく質: 17.5g 脂質: 14.5g	カルシウム: 273mg 食塩相当量: 1.4g							
29 土	麦茶 花花せんべい	ソフトフランス(甘バター) コロコロスープ 牛乳 宇和ゴールド	気になるジュース まあるいクラッカー	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) フランスパン 有 塩バター オリーブ油 じゃがいも(塊 茎、皮なし、生) クラッカー(ソーダ)	たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結 球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) グレープフ ルーツ(白肉種、砂じょう、生) ぶ どう(濃縮還元ジュース)	エネルギー: 513kcal たんぱく質: 14.1g 脂質: 13g	カルシウム: 163mg 食塩相当量: 3.1g							
30 日															
31 月	なかよしプリン	チーズカレー カラフルサラダ 牛乳 パナナ ご飯	なかよしヨーグルト ねじりん棒	プロセスチーズ ぶた大型種、かつ (脂身つき、生) ハム(ローズ) ナ チュラルチーズ(エダム) 普通牛乳 100	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) フレ ンチドレッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	ぶなしめじ(生) たまねぎ(りん茎、 生) にんじん(根、皮つき、生) レ タス(土耕栽培、結球葉、生) 青ピー マン(果実、生) きゅうり(果実、生) バナナ(生)	エネルギー: 554kcal たんぱく質: 15g 脂質: 16.5g	カルシウム: 293mg 食塩相当量: 1.8g							

給食MEMO

- 7日(金) お誕生会
- 10日(月) リクエスト献立
- 15日(土) 卒園証書授与式
- 20日(木) 春分の日

1歳6か月未満の子は、きざみ・薄味にしています。材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和7年 3月 離乳食献立予定表



※個々に合わせて進めていきます

日	曜	中期 7ヶ月～8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期	後期 9ヶ月～11ヶ月 歯ぐきでつぶせる固さ カミカミ期
1	土	にんじんパン粥 ささ身と玉ねぎのトロトロ煮	にんじんパン粥 ささ身と玉ねぎのトロトロ煮
2	日		
3	月	7倍粥 さつま芋スープ キャベツとレバーのトロトロ煮	5倍粥 さつま芋スープ キャベツとレバーのトロトロ煮
4	火	7倍粥 大根汁 レタスと鮭のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 レタスと鮭のトロトロ煮
5	水	7倍粥 キャベツ汁 マーボー豆腐風トロトロ煮	5倍粥 キャベツ汁 マーボー豆腐風トロトロ煮
6	木	7倍粥 にんじん汁 じゃが芋のささ身風トロトロ煮	5倍粥 にんじん汁 じゃが芋のささ身風トロトロ煮
7	金	7倍鮭粥 玉ねぎ汁 人参のトロトロ煮	5倍鮭粥 玉ねぎ汁 人参のトロトロ煮
8	土	ポテトパン粥 かぶの白和え風トロトロ煮	ポテトパン風 かぶの白和え風トロトロ煮
9	日		
10	月	7倍粥 ポテトスープ レタスとささ身のトロトロ煮	5倍粥 ポテトスープ レタスとささ身のトロトロ煮
11	火	7倍粥 大根汁 鮭と人参のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 鮭と人参のトロトロ煮
12	水	7倍粥 玉ねぎ汁 キャベツとレバーのトロトロ煮	5倍粥 玉ねぎ汁 キャベツとレバーのトロトロ煮
13	木	7倍粥 にんじん汁 豆腐と玉ねぎのトロトロ煮	5倍粥 にんじん汁 豆腐と玉ねぎのトロトロ煮
14	金	7倍粥 ブロッコリースープ さつま芋と納豆のトロトロ煮	5倍粥 ブロッコリースープ さつま芋と納豆のトロトロ煮
15	土	彩野菜粥 ささ身と野菜のトロトロ煮	彩野菜粥 ささ身と野菜のトロトロ煮
16	日		
17	月	7倍粥 小松菜汁 大根とレバーのトロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 大根とレバーのトロトロ煮
18	火	7倍粥 コーンスープ 小松菜と鮭のトロトロ煮	5倍粥 コーンスープ 小松菜と鮭のトロトロ煮
19	水	7倍粥 人参汁 豆腐サラダ風トロトロ煮	5倍粥 人参汁 豆腐サラダ風トロトロ煮
20	木	春分の日 	
21	金	7倍粥 キャベツ汁 肉じゃが風トロトロ煮	5倍粥 キャベツ汁 肉じゃが風トロトロ煮
22	土	パン粥 レタスと鮭のトロトロ煮	パン粥 レタスと鮭のトロトロ煮
23	日		
24	月	7倍粥 玉ねぎ汁 キャベツと豆腐のトロトロ煮	5倍粥 玉ねぎ汁 キャベツと豆腐のトロトロ煮
25	火	7倍粥 にんじんスープ 白菜と鮭のトロトロ煮	5倍粥 にんじんスープ 白菜と鮭のトロトロ煮
26	水	7倍粥 さつま芋汁 ほうれん草とささ身のトロトロ煮	5倍粥 さつま芋汁 ほうれん草とささ身のトロトロ煮
27	木	7倍粥 アスパラスープ さつま芋と納豆のトロトロ煮	5倍粥 アスパラスープ さつま芋と納豆のトロトロ煮
28	金	7倍粥 小松菜汁 野菜と入り豆腐風トロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 野菜と入り豆腐風トロトロ煮
29	土	キャベツパン粥 玉ねぎとささ身のトロトロ煮	キャベツパン粥 玉ねぎとささ身のトロトロ煮
30	日		
31	月	7倍粥 小松菜汁 レバーとかぼちゃのトロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 レバーとかぼちゃのトロトロ煮
ごはんから作る		7倍粥 ごはん 1 : 水 3	5倍粥 ごはん 1 : 水 2
米から作る		米 1 : 水 7	米 1 : 水 5