

2025年 3月給食献立表



南ヶ丘こども園

春

春

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
3	月	ひなまつり寿司 野菜の煮物 麩のすまし汁	鮭 卵 厚揚げ	米 麩	菜の花 人参 大根 人参 えのき 人参 葱
4	火	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 春雨スープ ご飯	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮 春雨 米	人参 筍 ピーマン ニラ 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 小松菜
5	水	鯖の塩焼きと梅和え 洋風卵焼き なめこの味噌汁	鯖 卵 ベーコン		梅 小松菜 ほうれん草 なめこ 人参 えのき 葱
6	木	あんかけラーメン じゃが芋とウインナーの炒め物 果物	豚肉 なんと ウインナー	中華麺 じゃが芋	玉葱 人参 ほうれん草 コーン バナナ
7	金	お楽しみメニュー			
8	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 人参 果物もしくはスープ
10	月	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉	米 じゃが芋 マカロニ	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
11	火	十六穀米 鯖の西京焼きと胡麻和え レバーの変わり揚げと添え野菜 わかめの味噌汁 ご飯	鯖 レバー	米 十六穀米 胡麻	いんげん コーン わかめ 玉葱 人参 葱
12	水	マーボー豆腐 春雨サラダ えのきのスープ 肉うどん	豆腐 ミンチ 卵	米 春雨	玉葱 人参 筍 椎茸 葱 胡瓜 えのき 人参 玉葱 ほうれん草
13	木	ちくわの磯部揚げと添え野菜 果物	豚肉 ちくわ	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 青のり コーン バナナ
14	金	しそご飯 手作りコロッケと添え野菜 ナポリタン ほうれん草の味噌汁	ミンチ ベーコン	米 じゃが芋 スパゲッティ	しそ 玉葱 ブロッコリー 玉葱 マッシュルーム ほうれん草 玉葱 人参
15	土	エッグ	卵	パン	果物もしくはスープ
17	月	他人丼 わかめの酢の物 南瓜の味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 人参 胡瓜 南瓜 玉葱 人参
18	火	ご飯 味噌カツと添え野菜 切干大根の煮物 小松菜のすまし汁	豚肉 うす揚げ	米 胡麻	キャベツ 切干大根 人参 小松菜 人参 えのき

中部地方の
郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
19	水	ゆり組リクエストメニュー			
20	木	春分の日(お休み)			
21	金	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 コーン バナナ
22	土	卒園式(保育はありません)			
24	月	カレーピラフ ひじきの煮物 玉葱スープ	豚肉 うす揚げ	米 米 十六穀米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 玉葱 人参 ほうれん草
25	火	十六穀米 まさご揚げと添え野菜 小松菜のゴマ酢和え きのこのすまし汁 ご飯	豆腐 ミンチ じゃこ エビ うす揚げ	米 十六穀米 胡麻	玉葱 ブロッコリー 小松菜 人参 えのき 椎茸 人参 ほうれん草
26	水	ミートスパゲッティ ポテトサラダ 青梗菜のスープ	牛豚ミンチ	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 胡瓜 コーン 青梗菜 玉葱 人参
27	木	カレーの照り焼きと梅和え 豆腐サラダ わかめのすまし汁 ご飯	かれい 豆腐 じゃこ	米	梅 小松菜 胡瓜 わかめ 人参 ほうれん草
28	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 中華風春雨サラダ もやしのスープ	鶏肉 卵	米 十六穀米 春雨	葱 キャベツ 胡瓜 もやし 玉葱 人参 小松菜
29	土	お弁当の日(給食はありません)			
31	月	ご飯 ハヤシライス 果物	豚肉	米	人参 玉葱 マッシュルーム バナナ

エネルギー 528kcal ・ タンパク質 21.2g ・ 脂質 17.5g ・ カルシウム 259g

今月の見本はたんぽぽ組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはゆり・さくら組さんがします。