

2026年 3月給食献立表

春

春

バイキング

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
2	月	肉うどん しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	うどん しゅうまいの皮	玉葱 人参 ほうれん草 玉ねぎ コーン バナナ
3	火	ひなまつり寿司 野菜の煮物 あさりのすまし汁	鮭 卵 厚揚げ あさり	米	菜の花 人参 大根 人参 えのき 人参 葱
4	水	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 春雨スープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮 春雨	人参 筍 ピーマン ニラ 玉葱 ブロccoli 玉葱 人参 小松菜
5	木	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	米	梅 小松菜 ほうれん草 なめこ 人参 えのき 葱
6	金	ハンバーグと添え野菜 胡麻和え スープ	牛豚ミンチ うす揚げ	米 胡麻	玉葱 ブロccoli ほうれん草 人参 玉葱 人参 小松菜
7	土	ピザグラタンパン	チーズ	パン マカロニ	玉葱 果物もしくはスープ
3~5歳はお弁当です。					
9	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
10	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	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
11	水	マーボー豆腐 春雨サラダ えのきのスープ	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
12	木	十六穀米 鶏肉の醤油麹焼き 人参しりしり 大根のすまし汁	鶏肉 シーチキン	米 十六穀米	キャベツ 人参 大根 人参 小松菜
13	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ccoli 玉葱 マッシュルーム ほうれん草 玉葱 人参
14	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	人参 果物もしくはスープ
3~5歳はお弁当です。					
16	月	チキンピラフ ひじきの煮物 玉葱のスープ	鶏肉 うす揚げ	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
17	火	ミートスパゲッティ さつま芋の煮物 卵スープ	牛豚ミンチ 卵	スパゲッティ さつま芋	玉葱 人参 小松菜 玉葱 人参
18	水	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 春雨サラダ きのこの味噌汁	鶏肉 卵	米 十六穀米 春雨	葱 キャベツ 胡瓜 えのき 椎茸 人参 ほうれん草

ゆり組はお楽しみメニュー

沖縄県の郷土料理

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	木	ゆり組リクエストメニュー			
20	金	春分の日(お休み)			
21	土	卒園式(保育はありません)			
23	月	他人丼 わかめの酢の物 大根の味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 胡瓜 人参 大根 玉葱 人参
24	火	ご飯 ヤンニャムチキン 春雨サラダ きのこのスープ	鶏肉 卵	米 春雨 胡麻	ブロccoli 胡瓜 えのき 人参 椎茸 ほうれん草
25	水	さぬきうどん ささみのフリッターと添え野菜 果物	うす揚げ なると ささみ	うどん	人参 葱 ブロccoli バナナ
26	木	ご飯 まさご揚げと添え野菜 ちくわの煮物 小松菜の味噌汁	豆腐 ミンチ エビ じゃこ ちくわ	米	玉葱 ブロccoli 大根 人参 小松菜 玉葱 人参
27	金	ご飯 鯖の塩焼きと添え野菜 マカロニグラタン 青梗菜のスープ	鯖 マカロニ	米	ブロccoli 玉葱 マッシュルーム 青梗菜 玉葱 人参
28	土	お弁当の日(給食はありません)			
30	月	ジャージャー麺 卵焼きと添え野菜 ほうれん草のスープ	牛豚ミンチ 卵	中華麺	玉葱 人参 葱 椎茸 筍 胡瓜 ほうれん草 人参 玉葱
31	火	ハヤシライス 果物	豚肉	米	玉葱 人参 マッシュルーム バナナ

今月の見本はすみれ組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはすみれ・さくら組さんがします。

園での一人当たりの栄養量(3歳以上)
エネルギー 517kcal タンパク質 21.1g 脂質 16.4g カルシウム 246mg