

## 2025年 3月 献立表

日付	献立名	材料	主食	フルーツ	おやつ
3月17日	鮭の塩焼き じゃが芋とひじきの煮物 春雨サラダ 白菜としいたけのみそ汁	鮭、酒、食塩 じゃが芋、ひじき、だし、しょうゆ、みりん、上白糖 春雨、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ 白菜、しいたけ、わかめ、だし、みそ	ごはん	りんご	牛乳 練乳いちごパン
4月18日	鶏肉のカレーンター きんぴらごぼう きゅうりのしらす和え 厚揚げと小松菜のみそ汁	鶏肉、にんにく、カレー粉、しょうゆ、酒、食塩 ごぼう、れんこん、人参、しらたき、油揚げ、しょうゆ、みりん、上白糖 きゅうり、大根、しらす、しょうゆ、上白糖 厚揚げ、小松菜、だし、みそ	ごはん	バナナ	牛乳 ☆うどんかりんとう うどん、黒砂糖、サラダ油
5月19日	麻婆豆腐 にら玉 さつま芋サラダ もやしとチンゲン菜のスープ	豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、パプリカ、青ねぎ、にんにく、しょうが、赤みそ、みそ、しょうゆ、上白糖、片栗粉、ごま油 にら、えのき、卵、鶏がらだし、しょうゆ、食塩 さつま芋、アスパラ、人参、ごま、マヨネーズ もやし、チンゲン菜、鶏がらだし、食塩	ごはん	オレンジ	牛乳 ☆バナナケーキ バナナ、薄力粉、卵、バター、ヨーグルト、ベーキングパウダー、上白糖
6月27日	鯖の照り焼き じゃが芋と人参のコンソメ炒め かぶと小松菜の和え物 玉ねぎのみそ汁	鯖、しょうゆ、酒、みりん、上白糖 じゃが芋、人参、玉ねぎ、コンソメ、食塩 かぶ、小松菜、ツナ、しょうゆ、上白糖 玉ねぎ、人参、わかめ、油揚げ、だし、みそ	ごはん	バナナ	牛乳 ☆豆苗のおやき 豆苗、人参、しらす、粉チーズ、薄力粉
7月21日	鶏のからあげ スパゲティー ブロッコリーの和え物 大根と人参のみそ汁	鶏肉、しょうが、にんにく、薄力粉、片栗粉、しょうゆ、酒、食塩、サラダ油 スパゲティ、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、食塩 ブロッコリー、パプリカ、コーン、しょうゆ、上白糖 大根、人参、だし、みそ	ごはん	いちご	牛乳 ☆焼きいも さつま芋
8月29日	牛丼 白菜としめじのすまし汁	牛肉、玉ねぎ、人参、だし、しょうゆ、酒、上白糖 白菜、しめじ、だし、しょうゆ、みりん、食塩	ごはん	オレンジ	牛乳 胚芽クッキー
10月24日	BBQチキン かぼちゃのコンソメ煮 きゅうりとわかめの酢の物 レタスと人参のスープ	鶏肉、ケチャップ、ソース、しょうゆ、上白糖 かぼちゃ、コンソメ きゅうり、わかめ、しらす、酢、上白糖、食塩 レタス、人参、コンソメ、食塩	ごはん	りんご	牛乳 ☆フルーツヨーグルト ヨーグルト、上白糖、バイン缶、みかん缶 ビスコ
11月25日	鮭のクリームソースがけ ひじきの五目煮 マカロニサラダ 卵と白菜のみそ汁	鮭、ほうれん草、シチューールウ、牛乳、食塩 ひじき、人参、こんにゃく、油揚げ、しょうゆ、みりん、上白糖 マカロニ、きゅうり、コーン、マヨネーズ 白菜、なめこ、卵、だし、みそ	ごはん	バナナ	牛乳 ☆ドーナツ 薄力粉、強力粉、卵、牛乳、バター、ベーキングパウダー、上白糖、サラダ油
12月26日	ブルコギ じゃが芋とツナの卵焼き ナムル 豆腐と豆苗のスープ	牛肉、玉ねぎ、にら、春雨、にんにく、しょうゆ、酒、上白糖、ごま油 じゃが芋、ツナ、卵、しょうゆ、食塩 チンゲン菜、もやし、わかめ、ごま、しょうゆ、上白糖、ごま油 豆腐、豆苗、人参、鶏がらだし、食塩	ごはん	オレンジ	牛乳 ☆クレープ 薄力粉、卵、牛乳、バター、上白糖、ホイップクリーム、もも缶
14月28日	肉団子の甘酢あん 白菜と厚揚げのうま煮 ブロッコリーのゴママヨサラダ ほうれん草と白ねぎのスープ	豚ひき肉、玉ねぎ、豆腐、卵、片栗粉、酢、しょうゆ、上白糖、サラダ油 白菜、人参、厚揚げ、鶏がらだし、しょうゆ ブロッコリー、れんこん、大根、ひじき、ごま、マヨネーズ ほうれん草、白ねぎ、鶏がらだし、食塩	ごはん	オレンジ	牛乳 ☆たまごサンド 食パン、卵、マヨネーズ
15月1日	そばろ丼 大根とえのきのみそ汁	豚ひき肉、人参、だし、しょうゆ、酒、上白糖 大根、えのき、だし、みそ	ごはん	バナナ	牛乳 星っこ(せんべい)

### お楽しみメニュー

13月	ちらし寿司 ★チヌ(黒鯛)の天ぷら 春キャベツのフレンチサラダ 若竹汁	米、れんこん、人参、しいたけ、きゅうり、ごま、しらす、卵、しょうゆ、みりん、酢、上白糖、食塩 チヌ(黒鯛)、薄力粉、卵、食塩、サラダ油 春キャベツ、玉ねぎ、人参、ハム、酢、上白糖、食塩、サラダ油 たけのこ、わかめ、だし、しょうゆ、みりん、食塩	ごはん	りんご	牛乳 ☆ヨーグルトムース ヨーグルト、ホイップクリーム、ゼラチン、上白糖、みかん缶
-----	--	--	-----	-----	---

- ・旬の食べ物 キャベツ なのはな かぶ
- ・☆のついているおやつは手作りおやつです。
- ・3歳未満児は牛乳と月・木はカルテツウエハース、その他の曜日は袋菓子の朝のおやつがきます。
- ・だしは昆布とかつおだしを使っています。
- ・麦入りのごはんを使用しています。

★印のついているメニューは神戸でとれたチヌ(黒鯛)を使用しています。

※3月7日(金) 幼児はお弁当給食となります。みそ汁はつきません。  
※3月31日(月) は家庭保育ご協力をお願いしております。給食の提供はありません。