



あおば保育園
2025年3月 給食メニュー

♡ 給食室より ♡

今年度も残すところ、1ヵ月となりました。この1年間に身長や体重はどれくらい成長したでしょうか？1年間のご家庭での食生活も子どもとともに振り返ってみましょう。



3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
ごはん シュウマイ ひじきと竹輪の煮物 味噌汁 チーズ	3色ちらし寿司 ほうれん草のごま和え 肉すい ひなあられ	ごはん 麻婆豆腐 さつまいものサラダ 中華スープ みかん	ごはん かれのい南蛮漬け かぼちゃの含め煮 味噌汁 フルーツ	ごはん チキンカツ 小松菜のじゃこ和え 味噌汁 フルーツ	豚丼 コールスローサラダ 味噌汁 フルーツ
おからマドレーヌ(手作り)・牛乳 米 豚ミンチ たまねぎ 木綿豆腐 オロシ生姜 しょうゆ 砂糖 酒 ごま油 スキムミルク シューマイの皮	ももゼリー(手作り)・牛乳 米 酢 砂糖 鮭フレーク 青のり たまご ほうれん草 にんじん 白ごま(すり) しょうゆ 砂糖	メロンパン風トースト(手作り)・牛乳 米 木綿豆腐 豚ミンチ 青ねぎ オロシ生姜 オロシにんにく ごま油 砂糖 赤味噌 しょうゆ 鶏ガラスープ 片栗粉 水 さつまいも きゅうり にんじん コーン スキムミルク マヨネーズ 白粟 にんじん ウィンナー 鶏ガラスープ 水 みかん 食パン バター 砂糖 ホットケーキミックス 牛乳1L グラニュー糖	マシュマロサンド(手作り)・牛乳 米 カレイ 豚ミンチ なたね油 たまねぎ にんじん ピーマン 砂糖 しょうゆ みりん しょうゆ みりん 水 小松菜 しめじ うす揚げ 味噌 水 フルーツ缶 クラッカー マシュマロ	ビスコ・ばかうけ・牛乳 米 鶏ささみ 小麦粉 パン粉 なたね油 ソース ケチャップ 小松菜 もやし にんじん ちりめん しょうゆ みりん だし じゃがいも たまねぎ わかめ たまねぎ 味噌 水 フルーツ缶	お菓子・牛乳 米 豚肉 たまねぎ しょうゆ みりん 酒 砂糖 インゲン きゅうり コーン マヨドレ じゃがいも たまねぎ わかめ 味噌 水 フルーツ缶
3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
ごはん ミートボール かぼちゃサラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん 鮭のムニエル 焼きビーフン 味噌汁 ジョア	ごはん 豚肉の生姜焼き 切干大根のサラダ 味噌汁 バナナ	ごはん 白身魚フライ 大根と鶏の煮物 味噌汁 チーズ	ごはん 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ クリームシチュー フルーツヨーグルト	卒園式
カルシウムせん・牛乳 米 合挽ミンチ 豚ミンチ たまねぎ 木綿豆腐 スキムミルク 水 ケチャップ マスターソース 酒 しょうゆ 砂糖 片栗粉 かぼちゃ きゅうり たまねぎ マヨネーズ キャベツ わかめ 味噌 水 フルーツ缶	ソフトサラダ・牛乳 米 鮭 小麦粉 バター タルタルソース ビーフン 豚肉 キャベツ もやし ピーマン にんじん 鶏ガラスープ しょうゆ みりん ごま油 大根 うす揚げ わかめ 味噌 水 ジョア	ムーンライト・ほりほり小魚・牛乳 米 豚肉 キャベツ たまねぎ ピーマン にんじん オロシ生姜 しょうゆ 酒 砂糖 なたね油 切干大根 きゅうり 鶏ささみ ごまドレッシング じゃがいも たまねぎ 青ねぎ 味噌 水 バナナ	プリン(手作り)・牛乳 米 たら 小麦粉 パン粉 なたね油 ソース ケチャップ 大根 にんじん 鶏肉 砂糖 みりん しょうゆ だし 小松菜 しめじ うす揚げ 味噌 水 角チーズ プリンミックス 牛乳1L スキムミルク	ぼりこ・牛乳 卒園メニュー 米 鶏肉 しょうゆ 酒 オロシ生姜 オロシにんにく 片栗粉 小麦粉 なたね油 マカロニ きゅうり にんじん ツナ コーン マヨネーズ しめじ エリンギ 玉ねぎ にんじん ブロッコリー シチューワ 牛乳1L スキムミルク フルーツ缶 もも缶 フルーツ缶 プレーンヨーグルト	卒園式 桜 桜 桜
3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
ごはん コロッケ 切干大根の煮物 味噌汁 フルーツ	ごはん 魚の煮付け 厚揚げのそぼろ煮 味噌汁 りんご	ミートスパゲティ 小松菜のサラダ コンソメスープ フルーツ	かやくご飯 ポークシュウマイ 胡瓜とツナのサラダ 豚汁 角チーズ	春分の日	焼きそば 粉ふき芋 味噌汁 フルーツ
ぼたぼた焼き・牛乳 米 じゃがいも 豚ミンチ たまねぎ スキムミルク パン粉 ソース なたね油 ケチャップ 切干大根 にんじん うす揚げ グリーンピース なたね油 砂糖 みりん しょうゆ 水 だし 小松菜 にんじん 味噌 水 フルーツ缶	カップケーキ(手作り)・牛乳 米 赤魚 オロシ生姜 しょうゆ みりん パン粉 砂糖 酒 水 厚揚げ にんじん 鶏ミンチ さやえんどう なたね油 だし しょうゆ みりん 砂糖 水 片栗粉 じゃがいも たまねぎ わかめ 味噌 水 りんご	おはぎ(手作り)・牛乳 スパゲティ 牛ミンチ たまねぎ しめじ なたね油 デミグラスソース ケチャップ ソース 小松菜 もやし にんじん 鶏ささみ ごまドレッシング たまねぎ じゃがいも ウィンナー コンソメ 水 フルーツ缶 米 ごしあん きな粉	源氏パイ・牛乳 米 うす揚げ にんじん しめじ ごぼう しょうゆ 酒 だし 小松菜 ポークシュウマイ きゅうり ツナ コーン ごまドレッシング 豚肉 大根 さつまいも にんじん ごぼう うす揚げ 青ねぎ 味噌 水 角チーズ	お菓子・牛乳 中華めん ウィンナー ちくわ キャベツ もやし にんじん ピーマン 焼きそばソース なたね油 じゃがいも 塩 厚揚げ きのこ 味噌 水 フルーツ缶	桜 桜 桜
3月22日(月)	3月23日(火)	3月24日(水)	3月25日(木)	3月26日(金)	3月27日(土)
ごはん シュウマイ ひじきと竹輪の煮物 味噌汁 フルーツ	ごはん 魚の煮付け 厚揚げのそぼろ煮 味噌汁 りんご	ミートスパゲティ 小松菜のサラダ コンソメスープ フルーツ	かやくご飯 ポークシュウマイ 胡瓜とツナのサラダ 豚汁 角チーズ	春分の日	焼きそば 粉ふき芋 味噌汁 フルーツ
ぼたぼた焼き・牛乳 米 じゃがいも 豚ミンチ たまねぎ スキムミルク パン粉 ソース なたね油 ケチャップ 切干大根 にんじん うす揚げ グリーンピース なたね油 砂糖 みりん しょうゆ 水 だし 小松菜 にんじん 味噌 水 フルーツ缶	カップケーキ(手作り)・牛乳 米 赤魚 オロシ生姜 しょうゆ みりん パン粉 砂糖 酒 水 厚揚げ にんじん 鶏ミンチ さやえんどう なたね油 だし しょうゆ みりん 砂糖 水 片栗粉 じゃがいも たまねぎ わかめ 味噌 水 りんご	おはぎ(手作り)・牛乳 スパゲティ 牛ミンチ たまねぎ しめじ なたね油 デミグラスソース ケチャップ ソース 小松菜 もやし にんじん 鶏ささみ ごまドレッシング たまねぎ じゃがいも ウィンナー コンソメ 水 フルーツ缶 米 ごしあん きな粉	源氏パイ・牛乳 米 うす揚げ にんじん しめじ ごぼう しょうゆ 酒 だし 小松菜 ポークシュウマイ きゅうり ツナ コーン ごまドレッシング 豚肉 大根 さつまいも にんじん ごぼう うす揚げ 青ねぎ 味噌 水 角チーズ	お菓子・牛乳 中華めん ウィンナー ちくわ キャベツ もやし にんじん ピーマン 焼きそばソース なたね油 じゃがいも 塩 厚揚げ きのこ 味噌 水 フルーツ缶	桜 桜 桜

3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん なたね油 カレールウ スキムミルク キャベツ コーン にんじん ベーコン(豚) マヨドレ 粉チーズ フルーチェ 牛乳1L	ロールパン 鮭グラタン ブロッコリーのサラダ コンソメスープ バナナ	ごはん ハンバーグ スパゲティサラダ コンソメスープ フルーツ	ごはん さわらの照り焼き 小松菜のお浸し けんちん汁 フルーツ	ジャージャーうどん 中華和え 春巻き ショア	新年度準備日
おにぎりせんべい・牛乳 米 55 豚肉 35 じゃがいも 35 たまねぎ 35 にんじん 15 なたね油 1 カレールウ 10 スキムミルク 3 キャベツ 35 コーン 5 にんじん 5 ベーコン(豚) 3.5 マヨドレ 5 粉チーズ 1.5 フルーチェ 30 牛乳1L 30	雪の雫・牛乳 ロールパン 60 たまねぎ 25 ほうれん草 10 マカロニ 4 バター 1 ホワイトソース 30 スキムミルク 12 スライスチーズ 4 ピザ用チーズ 5 ブロッコリー 20 にんじん 8 コーン 5 ツナ 10 酢 2 砂糖 1.5 しょうゆ 1 ごま油 0.5 たまねぎ 10 じゃがいも 10 ウインナー 5 コンソメ 1 水 100 バナナ 1/3本	聖たべよ・牛乳 米 55 合挽ミンチ 30 たまねぎ 15 木綿豆腐 10 たまご 6 パン粉 5 生乳1L 6 スキムミルク 3 塩 0.1 ソース 3 ケチャップ 2 スパゲティ 10 キャベツ 5 ハム 3.5 きゅうり 10 にんじん 8 マヨネーズ 7 コーンクリーム(粉末) 10 牛乳1L 10 水 90 スキムミルク 3 フルーツ缶 30	マリー・ほりほり小魚・牛乳 米 55 さわら 80 しょうゆ 3 砂糖 3 みりん 1 酒 1 片栗粉 1 ごま 0.5 小松菜 40 にんじん 15 うす揚げ 8 かつお節 0.6 しょうゆ 1.5 みりん 3 豚肉 2 木綿豆腐 8 大根 8 にんじん 9 ごぼう 5 系ごんにやく 3 青ねぎ 3 しょうゆ 3 みりん 2 だし 0.7 水 100 フルーツ缶 30	米粉ケーキ(手作り)・牛乳 うどん 150 豚ミンチ 35 にんじん 15 たまねぎ 10 たけのこ 8 青ねぎ 5 オロシ生姜 0.6 オロシにんにく 0.6 しょうゆ 1.8 砂糖 3.6 赤味噌 3 酒 1.5 なたね油 1 もやし 20 にんじん 8 小松菜 30 ツナ 10 しょうゆ 1.2 砂糖 0.4 ごま油 0.4 春巻き 1本 なたね油 5 ショア 1本 米粉ケーキの素 15 たまご 10 水 3	
3月30日(月)	3月31日(火)				
ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ	ハヤシライス ポイル野菜 チーズ				
ビスコ・ハッピーターン・牛乳 米 55 鶏肉 80 砂糖 1 カレー粉 2.25 プレーンヨーグルト 15 じゃがいも 45 きゅうり 10 ハム 3.5 コーン 5 スキムミルク 3 マヨドレ 5 にんじん 8 たまねぎ 10 厚揚げ 10 味噌 6 水 100 フルーツ缶 30	源氏ハイ・牛乳 米 55 牛肉 30 たまねぎ 45 にんじん 10 グリーンピース 3 ケチャップ 3 ハヤシルウ 12 スキムミルク 3 なたね油 2 キャベツ 30 ブロッコリー 15 コーン 5 ごまドレッシング 7 魚チーズ 10				



※都合により変更することがあります。お菓子は年齢に応じたものを用意しています。
 ※献立にご家庭で食べていないものがありましたら、それまでに家庭内で普通量3回以上食べてみてください。
 ※フルーツは、みかん缶、パイ缶を予定しています。
 ※3時のおやつは手作りおやつ以外の日は、クッキーやせんべい等になります。年齢に応じたものを用意しています。
 (ほりほり小魚・ばかうけ・ハッピーターンは、3歳児以上に提供します。)
 ※3時のおやつに牛乳が付きます。
 ※お夜食 午後6時00分 パン(黒糖パン等)約80kcalを予定していますが、

☆給食で使用するアレルギー食材について☆

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| マヨネーズ・・・(卵使用) | コールスロードレッシング・・・(卵使用) |
| ごまドレッシング・・・(卵使用) | かにかまぼこ... (卵使用)・甲殻類入り |
| 平天・・・(卵使用) | ハム・ベーコン・・・(卵・乳使用) |
| バター・・・(乳使用) | |
| 鶏ガラ・中華だし・・・(乳使用) | タルタルソース・・・(卵使用) |
| ホワイトソース・・・(乳使用) | オムレツ・・・(卵使用) |
| スキムミルク・・・(乳使用) | ロールパン・食パン・・・(乳使用) |
| コーンクリーム(粉末)・・・(乳使用) | 米粉ケーキの素・・・(乳使用) |
| プリンミックス・・・(乳使用) | ババロリア... (乳使用) |
| シチュールウ・カレールウ・ハヤシルウ・・・(乳使用) | |