

2026年 3月の給食予定献立表 (3才以上児)

いっぱい食べて みんな おおきくなったね!

さくらんぼ保育園

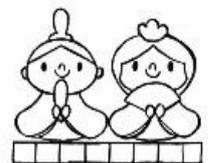
曜日	日	こんだてめい	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー
			血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	蛋白質脂質塩分
月	2	～ひなまつりきゅうしょく～ ひなずし とりのてりやき キャベツのこんぶあえ あさりのみそしる 午後おやつ むぎちゃ ひなあられ りんごゼリー はっさく	鶏肉 あさり 味噌	米 三温糖 三温糖 ひなあられ 三温糖	人参 乾椎茸 蓮根 ほうれん草 キャベツ 小松菜 はっさく	酢 塩 しょうゆ 塩昆布 昆布 煮干し 麦茶 アガー りんごジュース	267kcal 17.1g 9.6g 1.6g
	16 30	★さつまいもときのこのカレー キャベツのこんぶあえ はっさく 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし するめ	豚肉 牛乳 するめ	さつまいも じゃがいも おかし	人参 玉葱 しめじ エリンギ キャベツ はっさく	カレールー 塩昆布	364kcal 18.2g 13.6g 0.8g
火	3 31	さわらのごまみそやき ★なつとうのやさしいあえ たまねぎのスープ ★りんご 午後おやつ ぎゅうにゅう ★かぼちゃもち	さわら 味噌 ひきわり納豆 かつお節 牛乳	三温糖 白いりごま 三温糖 片栗粉	小松菜 人参 もやし えのき茸 玉葱 コーン缶 りんご 南瓜	しょうゆ 昆布 鯉節 塩 ワカメ しょうゆ	351kcal 22.3g 12.2g 1.2g
	17	～おいわいきゅうしょく～ とりのからあげ まかにさらだ たまねぎのスープ ★りんご 午後おやつ ぎゅうにゅう パームクーヘン おかし	鶏肉 牛乳	三温糖 片栗粉 油 マカロニ パームクーヘン おかし	人参 きゅうり ブロccoli えのき茸 玉葱 コーン缶 りんご	しょうゆ マヨドレ 酢 塩 昆布 鯉節 塩 ワカメ	506kcal 21.0g 24.5g 1.1g
水	4 18	さばのしおやき かぶのみそしる ほうれんそうのなむる きよみオレンジ 午後おやつ ぎゅうにゅう ★どーなつ	サバ 味噌 油揚げ ツナ缶 牛乳	三温糖 ごま油 小麦粉 三温糖 油	かぶ 人参 玉葱 しめじ ほうれん草 人参 もやし 清見オレンジ	昆布 煮干し 塩 酢 しょうゆ B.P	632kcal 26.9g 31.9g 2.1g
木	5 19	★にこみうどん はくさいのゆかりあえ ★りんご 午後おやつ 5日: むぎちゃ おせきはん 19日: むぎちゃ ★ぼたもち (おひがん)	豚肉 油揚げ きな粉	うどん 三温糖 *もち米 甘納豆 白いりごま 米 もち米 三温糖	人参 玉葱 しめじ 長ねぎ 乾椎茸 ほうれん草 白菜 小松菜 りんご	昆布 鯉節 しょうゆ ゆかり 麦茶 塩 麦茶 塩	538kcal 18.1g 6.6g 1.6g 549kcal 18.9g 6.6g 1.5g
金	6 20	★フランクフルト ポテトサラダ はるさめスープ 午後おやつ ぎゅうにゅう はっさく おかし	フランクフルト 牛乳	じゃがいも 春雨 ごま油 おかし	人参 きゅうり コーン缶 白菜 玉葱 えのき茸 はっさく	マヨドレ 酢 塩 昆布 鯉節 塩 コンソメ	460kcal 17.0g 26.5g 1.7g
土	7 21	チキンカレー (ご飯持参) ブロッコリー くだもの 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし そつえんしき (土曜保育はお弁当持参でお願いします)	鶏肉 牛乳	じゃがいも おかし	人参 玉葱 ピーマン ブロッコリー	カレールー 塩	377kcal 17.7g 14.5g 1.0g
月	9 23	★チキンライス ブロッコリーとコーンのおかかあえ ★にらたまスープ ★りんご 午後おやつ ぎゅうにゅう ★ふらいどぼてと	鶏挽肉 かつお節 卵 牛乳	米 三温糖 じゃがいも 油	人参 玉葱 ピーマン トマト缶 ブロッコリー コーン缶 にら えのき茸 玉葱 りんご	ケチャップ しょうゆ しょうゆ 塩 昆布 鯉節 塩 塩	374kcal 16.6g 14.6g 1.4g
火	10 24	★メルルーサのマヨネーズやき ★きゅうりのしおもみ キャベツのみそしる 午後おやつ ヨーグルト はっさく おかし いりざかな	メルルーサ 絹豆腐 味噌 ヨーグルト 小魚	三温糖 おかし	玉葱 コーン缶 人参 きゅうり キャベツ 人参 玉葱 しめじ はっさく	しょうゆ マヨドレ 塩 昆布 煮干し ワカメ	296kcal 19.2g 12.7g 1.4g
水	11 25	パンのひ (パン持参) ★ミートボール コールスローサラダ ★コーンシチュー 午後おやつ むぎちゃ しおこんぶおにぎり ★りんご	豚挽肉 牛乳	パン 片栗粉 三温糖 じゃがいも 米	玉葱 トマト缶 キャベツ 人参 きゅうり 人参 玉葱 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草 りんご	ケチャップ しょうゆ マヨドレ 酢 塩 塩 塩昆布 麦茶	427kcal 16.1g 13.8g 1.6g
木	12 26	★チンジャオロース ちゅうかサラダ とうふのスープ 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし はっさく	豚肉 絹豆腐 牛乳	三温糖 油 片栗粉 ごま油 三温糖 白いりごま おかし	人参 ピーマン 赤パプリカ 人参 キャベツ きゅうり 玉葱 えのき茸 はっさく	しょうゆ 酢 塩 しょうゆ 昆布 鯉節 塩 ワカメ	396kcal 19.6g 18.4g 1.3g
金	13 27	めかじきのてりやき かぶときゅうりのうめあえ こんさいのみそしる 午後おやつ ぎゅうにゅう ★おこのみやき きよみオレンジ	メカジキ 味噌 牛乳 かつお節	三温糖 三温糖 小麦粉	かぶ きゅうり 人参 大根 蓮根 しめじ 長ねぎ キャベツ コーン缶 清見オレンジ	しょうゆ 酢 梅肉 塩 昆布 煮干し 塩 ケチャップソース マヨドレ	387kcal 22.0g 13.2g 2.0g
土	14 28	パンのひ (パン持参) ぎゅうにゅう にくやさしいため ほうれんそうのごまあえ くだもの 午後おやつ むぎちゃ おかし しんねんどかいぎ (土曜保育はお弁当持参でお願いします)	豚肉	パン 三温糖 油 白すりごま おかし	人参 ピーマン 玉葱 キャベツ 人参	しょうゆ しょうゆ 麦茶	350kcal 18.5g 16.4g 0.7g

*2日(月)、5日(木)、9日(月)、19日(木)、23日(月)は、主食はいりません。

11日(水)、25日(水)はパンを持参してください。

*土曜保育も1日保育になりますので、3才児以上児は主食を持参してください。

7日はご飯、14日はパンを持参してください。



*21日(土)は卒園式、28日(土)は新年度会議のため、土曜保育を利用する方はお弁当持参でお願いします。

*「★印」は、ひまわりさんのアンコール献立です。