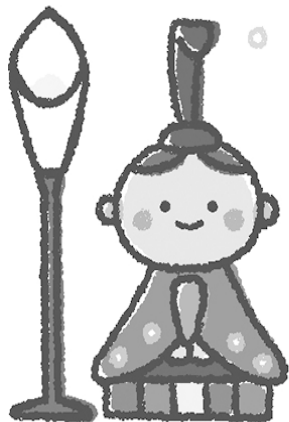


日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
1 (土)	豚丼 味噌汁 オレンジ	米、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しらたき、しょうゆ、酒、片栗粉 だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 324 kcal たんぱく質 12 g 脂 質 9 g カルシウム 217 mg
3 (月)	麦ご飯 鶏のから揚げ ほうれんそうのおひたし 若布のスープ りんご	米、押麦 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 ほうれんそう、にんじん、油揚げ、しめじ、花かつお、しょうゆ 生わかめ、たまねぎ、コンソメ、食塩 りんご	カルピス おやつ(菓子)	エネルギー 265 kcal たんぱく質 13 g 脂 質 9 g カルシウム 48 mg
4 (火)	麦ご飯 鮭の塩こうじ焼き ひじきの煮物 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 さけ、塩こうじ、酒 ひじき/ほしひじき、大豆水煮缶、にんじん、さやえんどう、ちくわ、しょうゆ、酒、本みりん はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 スイートポテト	エネルギー 314 kcal たんぱく質 19 g 脂 質 10 g カルシウム 246 mg
5 (水)	麦ご飯 豚肉の生姜焼き スパゲッティサラダ 味噌汁 バナナ	米、押麦 豚肉(ロース)、しょうが、しょうゆ、酒、本みりん サラスパ、にんじん、きゅうり、ツナ油漬缶、コーン(冷凍)、マヨドレ キャベツ、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 358 kcal たんぱく質 16 g 脂 質 18 g カルシウム 213 mg
6 (木)	麦ご飯 五目納豆 豚汁 デコポン	米、押麦 納豆、ひきわり納豆、にんじん、ほうれんそう、卵(錦糸卵)、かに風味、しょうゆ 豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、ごぼう、じゃがいも、つきこん、ねぎ、木綿豆腐、減塩みそ デコポン	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 301 kcal たんぱく質 15 g 脂 質 16 g カルシウム 226 mg
7 (金)	麦ご飯 鯖の味噌煮 キャベツのソテー 清汁 キウイフルーツ	米、押麦 さば、しょうが、減塩みそ、酒、中ざら糖、しょうゆ、にんにく キャベツ、たまねぎ、にんじん、ベーコン、鳥がらスープの素、食塩 木綿豆腐、生わかめ、昆布だし汁、食塩 キウイフルーツ	すいとん 小麦粉、鶏もも肉、だいこん、にんじん、 ごぼう、しめじ、油揚げ、ねぎ、しょうゆ	エネルギー 226 kcal たんぱく質 16 g 脂 質 12 g カルシウム 79 mg
8 (土)	スパゲッティマトソース 野菜スープ バナナ	スパゲティ、にんじん、たまねぎ、なたね油、バター、にんにく、ホールトマト缶詰、ツナ油漬缶、しめじ、ケチャップ、粉チーズ、食塩 緑豆もやし、キャベツ、コンソメ、食塩 バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 366 kcal たんぱく質 14 g 脂 質 13 g カルシウム 195 mg
10 (月)	ゆかりご飯 洋風厚焼卵 ほうれん草の磯和え 味噌汁 オレンジ	米、押麦、しそふりかけ にんじん、鶏ひき肉、干しいたけ、卵、たまねぎ、三温糖、酒、食塩、牛乳、ケチャップ 緑豆もやし、ほうれんそう、にんじん、刻みのり、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 291 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 14 g カルシウム 251 mg
11 (火)	麦ご飯 白身魚の磯辺揚げ 切干大根煮 味噌汁 りんご	米、押麦 たら、てんぷら粉、あおのり、なたね油 切り干しだいこん、つきこん、にんじん、油揚げ、干しいたけ、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん はくさい、にんじん、減塩みそ、いわし(煮干し) りんご	牛乳 おから蒸しパン	エネルギー 285 kcal たんぱく質 16 g 脂 質 15 g カルシウム 263 mg
12 (水)	麦ご飯 鶏肉の五目煮 若布の酢の物 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦 鶏もも肉、にんじん、干しいたけ、板こんにやく、だいこん、いんげん、本みりん、酒、しょうゆ 生わかめ、きゅうり、かに風味、酢、三温糖、しょうゆ キャベツ、たまねぎ、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 ジャムサンド	エネルギー 305 kcal たんぱく質 15 g 脂 質 10 g カルシウム 245 mg
13 (木)	麦ご飯 カレーライス もやしの和え物 麦茶 みかん缶	米、押麦 豚肉(ばら)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、お米で作ったカレールー 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ 麦茶 みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 342 kcal たんぱく質 12 g 脂 質 19 g カルシウム 186 mg
14 (金)	麦ご飯 ぶりの照り焼 小松菜と竹輪のお浸し 味噌汁 バナナ	米、押麦 ぶり、しょうが、しょうゆ、本みりん、酒 こまつな、にんじん、ちくわ、花かつお、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 320 kcal たんぱく質 19 g 脂 質 15 g カルシウム 249 mg
15 (土)	ひじきご飯 味噌汁 オレンジ	米、ひじき/ほしひじき、にんじん、豚肉(ばら)、油揚げ、しょうゆ、三温糖、酒、食塩 じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 322 kcal たんぱく質 12 g 脂 質 11 g カルシウム 224 mg
17 (月)	麦ご飯 野菜コロッケ 白菜のおかか和え 味噌汁 デコポン	米、押麦 ポテトコロッケ(冷凍)、なたね油、中濃ソース はくさい、にんじん、花かつお、しょうゆ 緑豆もやし、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ デコポン	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 326 kcal たんぱく質 11 g 脂 質 15 g カルシウム 233 mg
18 (火)	ふりかけご飯 煮魚 かぼちゃサラダ 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦、のりたまふりかけ あかうお、中ざら糖、しょうゆ かぼちゃ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ハム、マヨドレ はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	ヨーグルト和え(フルーツ) もも缶(白桃)、みかん缶、 バナナ、ヨーグルト(無糖)	エネルギー 264 kcal たんぱく質 14 g 脂 質 7 g カルシウム 143 mg
19 (水)	麦ご飯 カップ納豆 小松菜の五目和え 味噌汁 バナナ	米、押麦 納豆、ひきわり納豆、しょうゆ こまつな、にんじん、しめじ、しらたき、油揚げ、ごま、酒、本みりん、しょうゆ、三温糖 だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 キャラットケーキ	エネルギー 425 kcal たんぱく質 16 g 脂 質 23 g カルシウム 305 mg

日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
20(木)	春分の日			
21(金)	麦ご飯 エビフライ 大豆もやし煮 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 えびフライ(冷凍)、なたね油、中濃ソース 大豆もやし、にんじん、さつま揚げ、つきこん、干しいたけ、さやえんどう、しょうゆ、本みりん、酒 キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 321 kcal たんぱく質 15 g 脂質 14 g カルシウム 246 mg
22(土)	卒園式			
24(月)	麦ご飯 和風ミートローフ 若布のサラダ 味噌汁 バナナ	米、押麦 鶏ひき肉、ねぎ、ピーマン、にんじん、減塩みそ、片栗粉、三温糖、しょうゆ 生わかめ、きゅうり、みかん缶、酢、三温糖、しょうゆ だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 おにぎり 米、押麦、菜飯の素	エネルギー 356 kcal たんぱく質 16 g 脂質 11 g カルシウム 223 mg
25(火)	麦ご飯 鮭のマヨネーズ焼 ブロッコリーのおひたし 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦 さけ、たまねぎ、パセリ粉、マヨドレ ブロッコリー、にんじん、花かつお、しょうゆ はくさい、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 299 kcal たんぱく質 18 g 脂質 16 g カルシウム 233 mg
26(水)	麦ご飯 麻婆豆腐風 春雨サラダ 中華スープ みかん缶	米、押麦 木綿豆腐、干しいたけ、ねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、三温糖、減塩みそ、酒、ごま油、片栗粉 はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、卵(錦糸卵)、酢、三温糖、しょうゆ、ごま油 たまねぎ、えのきたけ、五色麩、中華味の素、食塩 みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 335 kcal たんぱく質 18 g 脂質 17 g カルシウム 231 mg
27(木)	麦ご飯 豚肉と大根の煮物 もやしの和え物 味噌汁 デコポン	米、押麦 豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、じゃがいも、いんげん、しょうゆ、酒、本みりん、三温糖 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ キャベツ、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ デコポン	牛乳 がんづき 小麦粉、なたね油、卵、酢、 牛乳、砂糖、じゅうそう	エネルギー 362 kcal たんぱく質 14 g 脂質 16 g カルシウム 237 mg
28(金)	麦ご飯 かじきの味噌焼 すき昆布煮 清汁 グレープフルーツ	米、押麦 かじき、減塩みそ、三温糖、本みりん、なたね油 刻みこんぶ、切り干しだいこん、にんじん、さつま揚げ、つきこん、大豆水煮缶、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん たまねぎ、えのきたけ、五色麩、昆布だし汁、食塩 グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 258 kcal たんぱく質 16 g 脂質 12 g カルシウム 183 mg
29(土)	五目うどん バナナ	干しうどん、にんじん、油揚げ、なると、ほうれんそう、しょうゆ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 311 kcal たんぱく質 11 g 脂質 9 g カルシウム 189 mg
31(月)	お弁当の日	麦茶	牛乳	エネルギー 73 kcal たんぱく質 40 g 脂質 46 g カルシウム 132 mg

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。
※栄養価にはご飯のカロリーは含まれておりません。



みんなで食べる時間を大切に
 厳しい寒さが和らぎ、春の訪れを感じるようになりました。
 心も体も大きく成長した子どもたち。まもなく卒園、進級を迎えます。給食の時間をみんなで楽しみながら、残りひと月を元気に過ごしましょう。



令和7年3月



離乳食献立表



認定こども園桜保育園

日	献立	材料名
1 土	おかゆ、豚肉と玉ねぎの煮物、味噌汁、オレンジ	米、／豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ
3 月	おかゆ、鶏肉の煮物、ほうれんそうのお浸し、野菜スープ、りんご	米、／鶏肉、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／こまつな、たまねぎ、食塩、／りんご、
4 火	おかゆ、鮭の塩焼き、かぼちゃの煮物、味噌汁、グレープフルーツ	米、／さけ、食塩、／かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
5 水	おかゆ、焼肉、ブロッコリーのサラダ、味噌汁、バナナ	米、／豚肉、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、食塩、／キャベツ、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
6 木	おかゆ、二色納豆、豚汁、デコボン	米、／ひきわり納豆、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、木綿豆腐、減塩みそ、／デコボン、
7 金	おかゆ、鱈の味噌煮、キャベツの煮物、清汁、キウイフルーツ	米、／たら、減塩みそ、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、はくさい、食塩、／キウイフルーツ、
8 土	おかゆ、肉だんご、野菜スープ、バナナ	米、／豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、食塩、／バナナ、
10 月	おかゆ、そばろ煮、ほうれん草の煮浸し、味噌汁、オレンジ	米、／鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、
11 火	おかゆ、鱈の煮魚、大根煮、味噌汁、りんご	米、／たら、しょうゆ、／だいこん、にんじん、しょうゆ、／はくさい、にんじん、減塩みそ、いわし(煮干し)、／りんご、
12 水	おかゆ、鶏肉の煮物、ブロッコリーのお浸し、味噌汁、キウイフルーツ	米、／鶏肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
13 木	おかゆ、肉じゃが、白菜の煮物、味噌汁、みかん缶	米、／豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
14 金	おかゆ、焼き魚、小松菜の煮浸し、味噌汁、バナナ	米、／さけ、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、キャベツ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
15 土	おかゆ、豚肉と野菜の煮物、味噌汁、オレンジ	米、／豚肉、にんじん、こまつな、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、
17 月	おかゆ、そばろ煮、白菜のお浸し、味噌汁、デコボン	米、／鶏ひき肉、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／ほうれんそう、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／デコボン、
18 火	おかゆ、煮魚、かぼちゃサラダ、味噌汁、キウイフルーツ	米、／あかうお、しょうゆ、／かぼちゃ、にんじん、食塩、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
19 水	おかゆ、ひきわり納豆、小松菜の和え物、味噌汁、りんご	米、／ひきわり納豆、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、
20 木	春分の日	
21 金	おかゆ、焼き魚、さつまいもの煮物、味噌汁、グレープフルーツ	米、／たら、食塩、／さつまいも、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
22 土	卒園式	
24 月	おかゆ、和風ミートローフ、グリーンマッシュ、味噌汁、バナナ	米、／鶏ひき肉、にんじん、減塩みそ、／じゃがいも、ほうれんそう、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
25 火	おかゆ、鮭の味噌煮、ブロッコリーのお浸し、味噌汁、キウイフルーツ	米、／さけ、減塩みそ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
26 水	おかゆ、豆腐のふんわり煮、キャベツ煮、野菜スープ、りんご	米、／木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、こまつな、食塩、／りんご、
27 木	おかゆ、豚肉と大根の煮物、小松菜の煮浸し、味噌汁、デコボン	米、／豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／デコボン、
28 金	おかゆ、鱈の味噌焼、ブロッコリーの煮物、清汁、グレープフルーツ	米、／たら、減塩みそ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、ほうれんそう、食塩、／グレープフルーツ、
29 土	煮込みうどん、バナナ	干しうどん、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／バナナ、
31 月	おかゆ、鶏肉と大根の煮物、ほうれんそうのお浸し、味噌汁、	米、／鶏肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。