

# 3月給食献立表(幼児食)

令和7年2月28日 めぐみ保育園

太字がめろんくみりクエストメニューです!

紙面の都合で土曜日はじまりになっています。



曜日	土	月	火	水	木	金
★ひなまつり★						
日付	1日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	ちゃんぽんラーメン さつま芋の塩バター和え フルーツ	鮭わかめおにぎり からあげ ポテトサラダ すまし汁 フルーツ	ごはん チーズつくね やみつきちくわ みそ汁 フルーツ	サンドウィッチ ナゲット ブロッコリー スープ ヨーグルト	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	カレーライス 春雨サラダ スープ ゼリー
午後のおやつ	お菓子 麦茶	いちごムース 麦茶	チョコチップスコーン 牛乳	しらす昆布おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	ソーセージパイ 牛乳
食材	中華麺・豚肉・葱・コーン・玉葱・キャベツ・人参・さつま芋	米・鮭・わかめごはんの素・からあげ(冷凍)・ハム・コーン・きゅうり・人参・じゃが芋・花巻・葱	米・チーズ・おから・玉葱・鶏肉・もやし・ピーマン・ちくわ・ほうれん草	食パン・コーン・レタス・きゅうり・ハム・ナゲット(冷凍)・ブロッコリー・かぶ・かぶ菜	米・大根・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・ハム・コーン・きゅうり・人参・春雨・小松菜

日付	8日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	味噌煮込み風うどん 即席漬け フルーツ	ごはん 鶏肉の塩焼焼き 青梗菜の和え物 みそ汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	鮭とほうれん草の クリームスパゲッティ ココロサラダ スープ フルーツ	ごはん 豚肉の梅味噌焼き キャベツの塩昆布和え すまし汁 フルーツ	三色丼 マカロニサラダ みそ汁 ヨーグルト
午後のおやつ	お菓子 麦茶	プリン 麦茶	おからドーナツ 牛乳	みそたんぼ 麦茶	お菓子 牛乳	スモア 牛乳
食材	うどん・ほうれん草・油揚げ・鶏肉・人参・キャベツ・かぶ・かぶ菜	米・鶏肉・コーン・青梗菜・ハム・人参・わかめ・えのき	米・豚肉・豆腐・玉葱・小葱・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・もやし	パスタ・鮭・ほうれん草・玉葱・トマト・きゅうり・ちくわ・コーン	米・豚肉・きゅうり・キャベツ・わかめ・豆腐	米・鶏肉・鮭・枝豆・コーン・ハム・マカロニ・きゅうり・青梗菜・えのき

日付	15日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	卒園式	ごはん 白肉じゃが おなか和え みそ汁 ヨーグルト	麦ごはん 焼肉 レタスと海苔のナムル スープ フルーツ	なめこうどん ささみときゅうりの マヨポン和え ゼリー	春分の日	納豆ごはん 五色和え 豚汁 フルーツ
午後のおやつ	卒園式	ちんすこう 牛乳	クッキー 牛乳	おいなりさん 麦茶	春分の日	レアチーズケーキ 麦茶
食材	卒園式	米・人参・玉葱・じゃが芋・豚肉・いんげん・人参・もやし・わかめ・玉葱	米・押し麦・ピーマン・玉葱・豚肉・豚しほ・ツナ・水菜・人参・のり・レタス・えのき・葱	うどん・なめこ・人参・鶏肉・小松菜・もやし・きゅうり・ささみ	春分の日	米・納豆・チーズ・大根・人参・ハム・コーン・ほうれん草・豚肉・白滝・白菜・大根

★お別れ会★						
日付	22日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ナポリタンのり塩ポテト スープ フルーツ	醤油ラーメンor味噌ラーメン わかめとしらすの カリカリサラダ フルーチェセレクト (いちごor桃orみかん)	ごはん 豚肉とメンマの炒め物 キャベツとひじきの マヨサラダ みそ汁 フルーツ	ジャムパン ミートボール きゅうりスティック シチュー ゼリー	ごはん カレイの黄金焼き ひじき煮 みそ汁 フルーツ	ハヤシライス レタス棒棒鶏 スープ ヨーグルト
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子バイキング 牛乳	ココアプマンジェ 麦茶	お菓子 牛乳	きなこあんこの蒸しパン 牛乳	もちもちポテト 牛乳
食材	パスタ・ピーマン・玉葱・ベーコン・じゃが芋・ほうれん草	中華麺・豚肉・ニラ・もやし・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ	米・豚肉・きくらげ・メンマ・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・にら・えのき	食パン・ミートボール(冷凍)・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・コーン	米・カレイ・いんげん・ひじき・ちくわ・白滝・人参・大豆・なす・油揚げ	米・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ささみ・レタス・きゅうり・かぶ・かぶ菜

日付	29日	31日	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> <b>みどりの</b>栄養 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。煮物・和え物・サラダなど         </div> <div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> <b>きいろの</b>栄養 ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。         </div> <div style="border: 2px solid red; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> <b>あかの</b>栄養 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理で焼き魚・オムレツなど         </div> <div style="border: 2px solid gray; padding: 5px;"> <input checked="" type="checkbox"/> <b>しろの</b>栄養 かつお節や昆布など、だしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・スープなど。         </div>	
昼食	わかめうどん たたききゅうり フルーツ	ピザトースト シーフードサラダ スープ フルーツポンチ		
午後のおやつ	お菓子 麦茶	納豆巻き 麦茶		
食材	うどん・鶏肉・わかめ・ほうれん草・人参・きゅうり・パプリカ	食パン・ピーマン・コーン・チーズ・ベーコン・玉葱・エビ・パプリカ・レタス・きゅうり・ほうれん草・キャベツ		



# 3月給食献立表(完了食)

令和7年2月28日 めぐみ保育園

紙面の都合で土曜日は始まりになっています。



曜日	土	月	火	水	木	金
★ひなまつり★						
日付	1日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	ちゃんぽんラーメン さつま芋の塩バター和え フルーツ	鮭わかめおにぎり 鶏肉煮 ポテトサラダ すまし汁 フルーツ	ごはん チーズつくね やみつきちくわ みそ汁 フルーツ	食パン 鶏肉煮 サラダ スープ ヨーグルト	ごはん 筑前煮 まめみそ すまし汁 フルーツ	カレーライス サラダ スープ ゼリー
午後のおやつ	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳	しらす昆布おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	中華麺・豚肉・葱・コーン・玉葱・キャベツ・人参・さつま芋	米・鮭・わかめごはんの素・鶏肉・ハム・コーン・きゅうり・人参・じゃが芋・葱	米・チーズ・玉葱・鶏肉・もやし・ピーマン・ちくわ・ほうれん草	食パン・コーン・レタス・きゅうり・ハム・鶏肉・ブロッコリー・かぶ	米・大根・人参・蓮根・鶏肉・干し椎茸・いんげん・ごぼう・大豆・もやし	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・ハム・コーン・きゅうり・人参・小松菜

日付	8日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	味噌煮込み風うどん 即席漬け フルーツ	ごはん 鶏肉煮 青梗菜の和え物 みそ汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 なめたけ和え みそ汁 ゼリー	鮭とほうれん草のクリームスパゲッティ ココロサラダ スープ フルーツ	ごはん 豚肉煮 キャベツの和え物 すまし汁 フルーツ	三色丼 マカロニサラダ みそ汁 ヨーグルト
午後のおやつ	お菓子 麦茶	ゼリー 麦茶	お菓子 牛乳	みそたんぼ 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	うどん・ほうれん草・油揚げ・鶏肉・人参・キャベツ・かぶ	米・鶏肉・コーン・青梗菜・ハム・人参・わかめ・えのき	米・豚肉・豆腐・玉葱・小葱・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・もやし	パスタ・鮭・ほうれん草・玉葱・トマト・きゅうり・ちくわ・コーン	米・豚肉・きゅうり・キャベツ・わかめ・豆腐	米・鶏肉・鮭・枝豆・コーン・ハム・マカロニ・きゅうり・青梗菜・えのき

日付	15日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	卒園式	ごはん 肉じゃが おかか和え みそ汁 ヨーグルト	ごはん 焼肉 レタスと海苔のナムル スープ フルーツ	なめこうどん ささみときゅうりの和え物 ゼリー	春分の日	納豆ごはん 五色和え 豚汁 フルーツ
午後のおやつ	卒園式	ちんすこう 牛乳	お菓子 牛乳	おにぎり 麦茶	卒園式	ヨーグルト 麦茶
食材	卒園式	米・人参・玉葱・じゃが芋・豚肉・いんげん・人参・もやし・わかめ・玉葱	米・ピーマン・玉葱・豚肉・ツナ・人参・のり・レタス・えのき・葱	うどん・なめこ・人参・鶏肉・小松菜・もやし・きゅうり・ささみ	卒園式	米・納豆・チーズ・大根・ハム・コーン・ほうれん草・豚肉・白滝・人参・白菜・大根

★お別れ会★						
日付	22日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ナポリタンのり塩ポテト スープ フルーツ	醤油ラーメン わかめとしらすの カリカリサラダ ヨーグルト	ごはん 豚肉煮 キャベツとひじき サラダ みそ汁 フルーツ ヨーグルト	食パン 鶏肉 きゅうりスティック シチュー ゼリー	ごはん カレイ煮 ひじき煮 みそ汁 フルーツ	カレーライス レタス棒鶏 スープ ヨーグルト
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	じゃが芋煮 牛乳
食材	パスタ・ピーマン・玉葱・ベーコン・じゃが芋・ほうれん草	中華麺・豚肉・もやし・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ	米・豚肉・きくらげ・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・えのき	食パン・鶏肉・ブロッコリー・玉葱・人参・じゃが芋・ほうれん草・コーン	米・カレイ・いんげん・ひじき・ちくわ・白滝・人参・大豆・なす・油揚げ	米・玉葱・人参・じゃが芋・豚肉・ささみ・レタス・きゅうり・かぶ

日付	29日	31日	<input checked="" type="checkbox"/> <b>みどりの栄養</b> 野菜・果物・海藻・きのこ類を使ったビタミンを多く含む料理です。煮物・和え物・サラダなど		<input checked="" type="checkbox"/> <b>あかの栄養</b> 肉・魚・豆・卵などを使った、血や肉となるたんぱく質を多く含む料理で焼き魚・オムレツなど	
昼食	わかめうどん たたききゅうり フルーツ	食パン/ケチャップ炒め サラダ スープ フルーツポンチ	<input checked="" type="checkbox"/> <b>きいろの栄養</b> ごはん・めん類・パン類・いも類など、エネルギー源となる主食です。ごはん・パン・パスタなど。		<input checked="" type="checkbox"/> <b>しろの栄養</b> かつお節や昆布など、だしを使った料理で、子どもの味覚を育てます。みそ汁・スープなど。	
午後のおやつ	お菓子 麦茶	おにぎり 麦茶				
食材	うどん・鶏肉・わかめ・ほうれん草・人参・きゅうり・パプリカ	食パン・ピーマン・コーン・チーズ・ベーコン・玉葱・パプリカ・レタス・きゅうり・ほうれん草・キャベツ				

