令和 7 年　3 月

給 食 献 立 表

学 校 法 人 岡 田 学 園
認定こども園 白梅幼稚園

日	曜	献立名 幼児食	献立名 ひよこ組	食材	おやつ
1	土	ごはん　ほうれん草のソテー ミックスフライ 豆腐の味噌汁		ほうれん草40　人参5　コーン5　マーガリン2　塩こしょう ミックスフライ 豆腐30　人参5　わかめ1　油揚げ2　いりこ　みそ8	ビスケット
3	月	桃の節句の集い ちらし寿司 ほうれん草の胡麻和え 鶏のマーマレード焼き すまし汁	ちらし寿司(除:卵) 胡麻和え(除:ちくわ) すまし汁 (除:かまぼこ)	人参5 干し椎茸1 れんこん5 タケノコ3 ごぼう3 酢5 砂糖5 錦糸卵5 枝豆3 だし昆布2 ほうれん草20　もやし20　人参10　ちくわ8　砂糖2　醤油3 鶏肉60　マーマレード4　人参0.2　しょうゆ5　みりん1 そうめん10　花かまぼこ2　かつお節3　薄口3	ひなあられ
4	火	うさぎ・くま保育参観 ごはん　れんこんサラダ 鯖のみそ煮 卵とわかめの春雨スープ	れんこんサラダ (和風ドレッシング) スープ(除:卵)	蓮根20　キャベツ15　きゅうり10　人参8　ごまドレッシング さば50　みそ8　生姜1　砂糖4　みりん2 卵20　玉ねぎ10　人参5　わかめ1　春雨5　中華味2　醤油1　ごま油1　ごま1	さつまいものあんこかけ さつま芋70　粒あん
5	水	三色そぼろ丼 もやしときゅうりのナムル 小松菜の味噌汁	そぼろ丼(除:卵) ナムル(除:ちくわ)	鶏ひき肉40 酒2 みりん2 醤油3 しょうが1 卵30　塩0.1 砂糖1 むき枝豆5 塩0.1 もやし20　胡瓜15 竹輪6 人参5 酢5 砂糖5 醤油2 ごま油1 小松菜15　しめじ8　えのき8　人参10　長ネギ1 味噌8 いりこ2	おからドーナツ ホットケーキミックス30　おから6　牛乳10
6	木	ぞう組リクエストメニュー ごはん　おから入りポテトサラダ ドライカレー もやしとニラのスープ	ポテトサラダ (除:ハム、マヨ) スープ(除:ベーコン)	じゃが芋30　きゅうり10　人参3　おから10　ハム8　マヨネーズ8 合いびき肉50　玉ねぎ30　人参10　ピーマン5　ルウ10 もやし15　ごぼう6　人参5　玉ねぎ15　ベーコン5　ニラ2　中華味2　コンソメ1	牛乳 ポテトチップス じゃが芋50　油　塩　青のり
7	金	お別れ会(お弁当)			チョコチップクッキー 無塩バター5　砂糖4　卵0.8　薄力粉20 チョコチップ5
8	土	ごはん　ブロッコリーの和え物 ハムカツ たまねぎの味噌汁		ブロッコリー30　人参5　コーン5　和風ドレッシング5 ハムカツ　油 玉ねぎ20　わかめ1　人参5　油揚げ2　いりこ　みそ8	せんべい
10	月	ごはん　ツナと切干大根のマヨ和え とり手羽元のさっぱり煮 具だくさん味噌汁	マヨ和え(マヨ変更)	切り干し大根5　ツナ10　人参10　きゅうり15　マヨネーズ8　濃口1　ゴマ1 鶏手羽元2本　酢5　濃口2　砂糖3　酒4　みりん4　にんにく1 木綿豆腐20　えのき10　玉ねぎ10　人参5　油揚げ1　長ネギ1　いりこ2　みそ8	塩昆布おにぎり 塩昆布5　ゴマ油3　塩少々　ゴマ
11	火	ごはん　きゅうりのシラス和え 豚肉の味噌炒め チンゲン菜のスープ		きゅうり25　もやし25　人参5　しらす干5　わかめ1　薄口3　砂糖2 生姜焼き用豚肉５０ 生姜1 きゃべつ30 ﾋﾟｰﾏﾝ7 玉ねぎ20 人参10ｲﾝｹﾞﾝ5 味噌4砂糖３醤油３酒１ 青梗菜20 人参7 しめじ5 えのき10　長ネギ1　コンソメ1.5	ウインナーパン ロールパン1個　ウインナー1本　ケチャップ5
12	水	ぞう組リクエストメニュー ごはん 春巻き　カミカミサラダ タイピーエン	春巻き:里芋の炒め煮 (里芋・人参・高野豆腐) タイピーエン (除:かまぼこ)	チーズ5　さきいか5　きゅうり10　ミックスビーンズ20　人参5　酢4　砂糖3　醤油2 春巻き50　油 豚肉20 かまぼこ10 春雨15 干し椎茸1 人参5 玉ねぎ7 キャベツ20 ねぎ1 白湯	アップルパイ りんご　砂糖10　パイシート
13	木	ごはん　ふりかけ 絵本「サラダでげんき」よりサラダ 栄養すり身揚げ 豆腐の味噌汁	サラダ(除:ハム)	キャベツ20きゅうり15コーン5人参8トマト15ハム10刻み昆布1かつお節1 ［酢2サラダ油1濃口醤油1.5砂糖0.8］ すり身35　玉ねぎ15　人参5　ニラ1.5　ひじき1　卵2　塩少々　油 豆腐30　玉ねぎ20　えのき10　人参10　味噌8　こねぎ1　いりこ3	牛乳 お麩のラスク 麩8　砂糖10　マーガリン10
14	金	ゆかりごはん　大根サラダ ちゃんぽん 餃子	餃子→じゃが芋のお焼 (じゃが芋・人参)	大根25　きゅうり8　ツナ5　酢1　醤油0.8　ごま油0.5　焼きのり1 中華麺50　豚肉20　キャベツ30　玉ねぎ15　人参10　ピーマン5　コーン5　もやし10　長ネギ２　白湯 餃子２個	マシュマロバー コーンフレーク10　フルーツグラノーラ8 バター8　マシュマロ10
15	土	愛園作業			
17	月	3月生まれのお誕生日会 わかめごはん　春雨サラダ からあげ 卵スープ　バナナ	サラダ(除:ハム・卵) (マヨ変更) スープ(除:卵)	わかめごはんの素　春雨3　ほうれん草3　人参7　きゅうり15　ハム10　卵5　マヨネーズ8　薄口1 鶏肉30×2　にんにく1　生姜1　醤油　酒　片栗粉　油 卵10　玉ねぎ30　人参20　コーン5　コーンクリーム缶5　コンソメ2	誕生日ケーキ
		ぞうくみバイキング給食 たこやき　ポテトフライ サンドイッチ(イチゴジャム・チョコ) フルーツポンチ			
18	火	ごはん　ブロッコリーのサラダ 筑前煮 ほうれん草の味噌汁		ブロッコリー25　カリフラワー25　人参7　コーン5　和風ドレッシング８ 鶏肉25 里芋30 人参10 蓮根10 大根20 筍5 こんにゃく10 ごぼう8 干し椎茸1 濃口5 薄口5 砂糖3 みりん２ 玉ねぎ20　ほうれん草10　えのき10　油揚げ2　みそ8　いりこ2	かしわおにぎり 鶏肉5　人参5　油揚げ1　みりん2　醤油3
19	水	ごはん　マカロニサラダ 麻婆豆腐 きのこの中華スープ		マカロニ8　きゅうり20　人参7　魚肉ソーセージ5　マヨネーズ8 合挽肉20 豆腐60 人参10 玉ねぎ20 ニラ4 干し椎茸1 にんにく1 しょうが1 赤みそ5 みりん3 片栗粉3 小松菜15 しめじ8 えのき10 人参8 小葱１ 醤油 コンソメ　中華味	牛乳 チーズ蒸しパン ミックス粉30　牛乳20　チーズ5
20	木	春分の日			
21	金	ごはん　ひじきとレタスのサラダ 鶏肉と鶏レバーの甘辛煮炒め 豆腐の中華スープ	サラダ:マヨ変更	ひじき2　砂糖　醤油　人参7　レタス10　大根30　すりごま1　マヨネーズ8 鶏肉13　レバー30　じゃがいも25　人参7　いんげん7　片栗粉10　いりごま0.9 にんにく0.9　生姜0.9　醤油1.4　砂糖0.9　濃口醤油3.8　み りん6.5　酒3.9　砂糖4 豆腐20　わかめ0.5　人参5　チンゲン菜15　中華味1　ニラ2　ごま油1　すりゴマ1　木耳1	きなこサブレ きなこ5 砂糖5 小麦粉10 ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ0.2 卵5　バター5　グラニュー糖5
22	土	卒園式			
24	月	修了式 ごはん　切干大根の炒め煮 白身魚のバター焼き 玉ねぎとえのきの味噌汁		切り干し大根7　人参8　あげ3　糸こんにゃく10　干し椎茸1　濃口醤油3　砂糖2 白身魚50 小麦粉4 バター5 しお コショウ　酒 えのき10　玉ねぎ20　あげ1　わかめ0.5　長ネギ1　味噌8　いりこ2	ブルーベリーホイップパン ロールパン1個　ブルーベリーソース　ホイップ
25	火	春休み(～4/8) ごはん　フレンチサラダ ハヤシライス チンゲン菜のスープ	サラダ(和風ドレ)	キャベツ３０ 人参3 コーン3 きゅうり20 フレンチドレッシング８ 牛肉25 じゃがいも50 玉ねぎ20 人参10　枝豆2 ハヤシルー６ チンゲン菜15　人参7　もやし10　コンソメ2	じゃこチーズおにぎり わかめご飯の素1じゃこ3ゴマ1チーズ2
26	水	ごはん　スパゲッティーサラダ ししゃもフライ 豆腐の味噌汁	サラダ(除:ハム) (マヨ変更) 魚の煮付け	スパゲッティー8　人参5　きゅうり20　ハム7　マヨネーズ10 ししゃも２匹　薄力粉　パン粉　油 豆腐30　玉ねぎ20　えのき10　人参10　長ネギ1　みそ8　いりこ2	揚げパン ロールパン1個　きなこ2　砂糖2　塩少々
27	木	ご飯　もみのり和え　納豆 肉じゃが ほうれん草の味噌汁	もみのり和え (除:ちくわ)	小松菜20　切り干し大根3　コーン5　トマト15　ちくわ6　もみのり1　ごま1　砂糖2　醤油３　納豆30 豚肉20 じゃが芋50 玉ねぎ30 人参10 糸こんにゃく10 インゲン5 厚揚げ10 カレー粉0.5 砂糖2 みりん2 濃口しょうゆ5 酒2 ほうれん草10　人参5　しめじ5　えのきだけ5　長ネギ１　いりこ２　味噌８	牛乳もち 牛乳60　片栗粉8　砂糖5　きな粉5
28	金	ごはん　春雨スープ すき焼き風煮 かぼちゃとツナのまめまめサラダ	サラダ(マヨ変更)	春雨3　人参8　えのき10　長ねぎ5　鶏がらスープの素４ 牛肉４０ 白菜40 えのき１０人参8 長ネギ8 しらたき10 焼き豆腐30　砂糖2.5 醤油3.5 みりん3.5 かぼちゃ40　人参5　きゅうり10　チーズ5　ミックスビーンズ5　ツナ10　マヨネーズ8	干し柿マフィン 干し柿5　砂糖5　絹ごし豆腐8.5　砂糖4 油0.9　牛乳8.5　薄力粉12　ベーキングパウダー0.5
29	土	家庭保育協力日(お弁当)			ビスコ
31	月	家庭保育協力日(お弁当)			せんべい

【かみかみメニュー】　噛むことで脳を刺激し、生活習慣病を予防するメニューです !!

【絵本から飛び出したレシピ】　絵本『サラダでげんき』より、りっちゃんのげんきサラダです！！