

2026年 3月 3歳未満児献立表

予定平均エネルギー量 565kcal
 予定平均たんぱく質量 21.7g
 予定平均カルシウム量 291g
 予定平均塩分量 1.7g

3月の予定

- 3日(火) ひな祭り
- 18日(水) 誕生会
- 28日(土) 卒園式
- 31日(火) スペシャル給食

日 曜日	献立	主食	おやつ	栄養価		炭水化物・脂肪	たんぱく質	無機質・ビタミン
				エネルギー	たんぱく質	熱や力になる食品	体を作る食品	体の調子をよくなる食品
2月16日 30日	鶏肉の香味焼き 青菜の五目和え 味噌汁 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	430 kcal	17.6 g	米 三温糖	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ ヨーグルト	小松菜 人参 しめじ もやし 大根 バナナ
3日	<ひな祭り給食> 三色肉団子 すまし汁 菜の花の和え物 いちご	ごはん	雛あられ カルピス	524 kcal	22.3 g	米 ごま油 パン粉 片栗粉 もち米 麩	牛乳 豚肉 豆腐 竹輪 鰹節 蒲鉾 カルピス	玉ねぎ 菜花 小松菜 コーン 水菜 いちご
17日 31日	豚肉の鉄火煮 キャベツとイカの和え物 菜の花スープ オレンジ	ごはん	きな粉パン 牛乳	566 kcal	22.3 g	米 こんにゃく 三温糖 食パン	牛乳 豚肉 イカ ベーコン きな粉	ごぼう 人参 大根 キャベツ きゅうり 菜花 玉ねぎ しめじ オレンジ
4日 18日	鮭のあけぼの焼き ブロッコリーの鰹節和え ラーホー バナナ	ごはん	マドレーヌ 牛乳	676 kcal	25.9 g	米 うどん HM粉 三温糖 バター	牛乳 鮭 チーズ カニカマ 鰹節 豚肉 なると 卵	人参 ブロッコリー コーン もやし 長葱 ほうれん草 バナナ
5日 19日	炒り豆腐 もやしの海苔和え ポークカレー オレンジ	麦ごはん	ぼたもち 牛乳	645 kcal	20.1 g	米 大麦 白滝 ごま油 三温糖 片栗粉 じゃが芋 バター 小麦粉 もち米	牛乳 豆腐 豚肉 鰹節 スキムミルク きな粉	人参 椎茸 もやし きゅうり のり 玉ねぎ オレンジ
6日 20日	<ゆり組リクエスト> 鶏肉の唐揚げ ポテト ケーキ ポテトサラダ コーンスープ	ごはん	せんべい 牛乳	658 kcal	22.1 g	米 片栗粉 油 じゃが芋	牛乳 鶏肉 生クリーム	人参 きゅうり コーン いちご
7日 21日	鶏肉の味噌焼き マカロニサラダ コーンスープ バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	420 kcal	15.1 g	米 マカロニ 片栗粉	牛乳 鶏肉 ハム	人参 ブロッコリー きゅうり コーン バナナ
9日 23日	鶏肉のさっぱり焼き 洋風白和え 味噌汁 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	486 kcal	20.9 g	米 三温糖 じゃが芋	牛乳 鶏肉 豆腐 魚肉ソーセージ ヨーグルト	生姜 ほうれん草 人参 コーン 切干 大根 小松菜 バナナ
10日 24日	かに玉あんかけ バンサンスー オレンジ えのきの中華スープ	ごはん	ペンネナポリタン 牛乳	496 kcal	19 g	米 三温糖 片栗粉 春雨 ごま油 マカロニ	牛乳 カニカマ 卵 ハム 鶏肉 豚肉	長葱 乾椎茸 人参 きゅうり えのき コーン わかめ オレンジ 玉ねぎ ピーマン
11日 25日	鯖のカレー焼き ひじきの炒り煮 豚汁 バナナ	ごはん	おにぎり 牛乳	531 kcal	21.8 g	米 白滝 三温糖 こんにゃく	牛乳 鯖 油揚げ 豚肉	ひじき 人参 大根 ごぼう 長葱 バナナ
12日 26日	豚肉のマーマレード焼き ちりめんサラダ オレンジ クリームシチュー	麦ごはん	ミルクバターパン 牛乳	680 kcal	25.1 g	米 大麦 三温糖 じゃが芋 油 バター 小麦粉 食パン	牛乳 豚肉 しらす 干し 鶏肉 スキム ミルク 練乳	マーマレード レタス きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ
13日 27日	ホッケのゴマ味噌焼き 大根の中華煮 田舎汁 バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	487 kcal	22.3 g	米 三温糖 油 里芋	牛乳 ほっけ 鶏肉 油揚げ	大根 人参 ブロッコリー 乾椎茸 長葱 ごぼう バナナ