



今月の平均カロリー-434 kcal  
たんぱく質19.2g 脂質19.2g 食塩相当量1.9g  
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和7年度  
3月号  
すぎのこ保育園

★新メニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
2月	バラ焼き 切り干しサラダ えのきの変わりみそ汁 パイナップル	ごはん	豚やわらか煮 人参の甘煮	前:牛乳 後:ソフール	
3火	ひな祭りランチ	ちらしずし	みそ豆腐 鮭のしょうゆ煮	前:のむヨーグルト 後:甘酒 桃まん	完全給食
4水	ナポリタン 三色温野菜 モロヘイヤスープ バナナ	コーンパン	くたくたパスタ ブロッコリーだし煮	前:牛乳 後:牛乳 チーズ	
5木	八宝菜 さつまいもレモン煮 豆腐汁 いちご	ごはん	白菜スープ煮 さつまいも煮	前:牛乳 後:麦茶 サーターアンダギー	
6金	チキンカレー フライドパンキン 福神漬 野菜スープ キウイフルーツ	カレーライス	鶏やわらか煮 野菜スープ煮	前:ヤクルト 後:カルピスポンチ	
7土	ゴマ大学 小松菜の煮びたし 関西風肉うどん オレンジ	うどん	小松菜の甘煮 くたくたうどん	前:牛乳 後:牛乳 おかし	
9月	ブルコギ風丼 豆腐ステーキ 漬物 大根スープ いちご	ブルコギ風丼	大根だし煮 豆腐そぼろあんかけ	前:牛乳 後:牛乳 ピザトースト	
10火	焼き魚(ほっけ) 大根と人参の子和え 鶏汁 りんご	ごはん	ほっけみそ煮 根菜煮	前:のむヨーグルト 後:フルーツプリン	
11水	チキンカツ 春雨サラダ かに玉スープ いちご	食パン	鶏トマト煮 玉ねぎ甘煮	前:牛乳 後:牛乳 オレンジケーキ	サンドイッチ作り 完全給食
12木	レバニラ炒め すき昆布煮 厚揚げの味噌汁 キウイフルーツ	ごはん	レバー煮込み 人参のだし煮	前:牛乳 後:牛乳 お好み焼き	
13金	ほうれんそうカレー 海藻サラダ 福神漬 玉子スープ バナナ	カレーライス	ほうれんそう甘煮 肉じゃが風煮	前:ヤクルト 後:ホワイトデーおやつ	
14土	ちくわ磯辺揚げ きゅうりの酢の物 中華そば グレープフルーツ	中華そば	ほうれんそうだし煮 くたくたわかめ	前:牛乳 後:牛乳 おかし	卒園式
16月	牛肉と新玉ねぎのカレー炒め なめこ汁 大根サラダ いちご	ごはん	玉ねぎみそ煮 大根だし煮	前:牛乳 後:野菜ジュース たい焼き	さくら組お別れ会
17火	イカリングフライ ひじきサラダ 豚キャベ汁 オレンジ	ごはん	豚やわらか煮 きやべつ煮	前:のむヨーグルト 後:りんご ふかし芋	総合避難訓練
18水	★たらこクリームスパゲッティ コブサラダ 白菜とベーコンのスープ ゼリー	黒糖ロール	くたくたパスタ 白菜スープ煮	前:牛乳 後:牛乳 せんべい	
19木	★ササミクリスピーチキン マカロニサラダ* ホ*ト ミニピ*サ トマトと玉子スープ カレピラフ ジョア	カレーピラフ	マッシュポテト ささみだし煮	前:牛乳 後:牛乳 ドームケーキ	誕生会 完全給食
20金	春分の日				
21土	お弁当交流デー			前:牛乳 後:牛乳 おかし	お弁当交流デー
23月	麻婆春雨 おくらとささみの和え物 ワンドンスープ いちご	ごはん	玉ねぎ甘煮 かぼちゃ煮	前:牛乳 後:牛乳 クレープ	
24火	アジフライ 和風ポテサラ しめじかきたま汁 オレンジ	ごはん	マッシュポテト 白身魚煮付け	前:のむヨーグルト 後:牛乳 チーズ	
25水	ポロネーゼスパゲッティ シーザーサラダ ベーコンのスープ りんご	ごまロール	きやべつ煮 くたくたパスタ	前:牛乳 後:麦茶 おやき	
26木	チーズハンバーグ ブロッコリーサラダ きのこスープ オレンジ	ごはん	やわらかハンバーグ ブロッコリーだし煮	前:牛乳 後:ココア クッキー	
27金	鯖カレー 三色ピクルス 福神漬 ふわふわスープ バナナ	カレーライス	大根ツナ和え 洋風肉じゃが	前:ヤクルト 後:牛乳 イチゴ蒸しパン	
28土	焼売 肉みそサラダ 鶏白湯ラーメン グレープフルーツ	鶏白湯ラーメン	レタス甘煮 ホキみそ煮	前:牛乳 後:牛乳 おかし	
30月	鶏の照り焼き 春雨ピーナツ和え 菜の花の味噌汁 いちご	ごはん	鶏やわらか煮 豆腐そぼろあんかけ	前:牛乳 後:ぶどうゼリー	
31火	白身魚の香草揚げ ねばねばサラダ けんちん汁 キウイフルーツ	ごはん	白身魚煮付け 根菜煮	前:のむヨーグルト 後:スイーツバイキング	進級式