

予定献立表 (未満児)

令和 8年 3月 1日～令和 8年 3月31日分
給食日数 25日

月	日	曜日	10時	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
3	2	月	ごはん	ごはん、肉団子の甘辛煮、キャベツともやしのスープ、マカロニサラダ (マヨドレ)、バナナ(1/2本)	麦茶、せんべい(10g)	ぶたひき肉、全卵	こめ、パン粉、でん粉、植物油、車糖、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、スイートコーン 缶詰、バナナ	807	20.5	19.7	1.5
	3	火	麦茶	ちらしずし、かき菜のゴマ和え、ほうれんそうのすまし汁	ロールケーキ	とり手羽 [若鶏肉]、全卵、かつお節	こめ、車糖、植物油、ごま、スポンジケーキ	かんぴょう、乾しいたけ、にんじん、和種なほな、ほうれんそう	802	26.3	23.1	1.9
	4	水	ヤクルト	ごはん、クリームシチュー、あつあげにつけ、中華づけ、おれんじ	麦茶、おこのみやき	ヤクルト、ぶたもも、生乳、生揚げ、ぶたひき肉、全卵、かつお節、豆腐、ベーコン	こめ、じゃがいも、植物油、車糖、中力粉、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、きゅうり、ネーブル、キャベツ、スイートコーン 缶詰、根深ねぎ	547	17.6	14.6	1.8
	5	木	麦茶	ごはん、磯煮(水煮)、春雨とハムの搾三条、麩とわかめの味噌汁	牛乳100ml、フレンチトースト	だいた煮煮缶詰、ぶたもも、焼き竹輪、油揚げ、ハム、湯通し塩蔵わかめ、煮干し、生乳、全卵	こめ、植物油、車糖、緑豆はるさめ、食パン	にんじん、ひじき、きゅうり、根深ねぎ	525	21.2	13.8	2.8
	6	金	牛乳100ml	ごはん、親子煮、大根と葱の味噌汁、胡瓜のピクルス	ヨーグルト、クラッカー(15)	生乳、とりむね [成鶏肉]、全卵、煮干し、ヨーグルト	こめ、車糖、植物油、クラッカー	にんじん、たまねぎ、だいこん、根深ねぎ、きゅうり	534	21.6	13.9	2.5
	7	土	せんべい(10g)	小型パン、牛乳200ml(パック)、ぼなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	9	月	牛乳100ml	ごはん、鶏のからあげ、かぼちゃのサラダ(マヨドレ)、キャベツともやしのスープ、バナナ(1/2本)	麦茶、せんべい(10g)	生乳、全卵、とりむね [成鶏肉]	こめ、でん粉、植物油、マヨネーズ	しょうが、にんにく、西洋かぼちゃ、きゅうり、にんじん、スイートコーン 缶詰、キャベツ、りょくとうもやし、バナナ	545	19.1	14.8	1.6
	10	火	麦茶	ごはん、肉入り焼きそばビーマン入り、卵スープ、胡瓜のピクルス、おれんじ	牛乳100ml、マシュマロサンド	ぶたもも、全卵、生乳	こめ、中華めん、植物油、でん粉、車糖、マシュマロ、クラッカー	にんじん、青ピーマン、キャベツ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、ネーブル	466	14.9	11.6	2.0
	11	水	牛乳100ml	ごはん、すきやき(豚)、胡瓜の塩もみ、麩とわかめの味噌汁	麦茶、人参ケーキ	生乳、ぶたかたロース [中型種肉]、豆腐、湯通し塩蔵わかめ、煮干し、全卵	こめ、しらたき、車糖、植物油、薄力粉、バター	はくさい、根深ねぎ、にんじん、えのきたけ、きゅうり	538	18.5	15.8	2.0
	12	木	ヤクルト	ごはん、花しゅうまい、中華づけ、豆腐・えのき・わかめの味噌汁	牛乳100ml、コーンフレーク	ヤクルト、ぶたひき肉、豆腐、煮干し、湯通し塩蔵わかめ、かつお節、生乳	こめ、薄力粉、でん粉、植物油、コーンフレーク	しょうが、たまねぎ、乾しいたけ、きゅうり、にんじん、えのきたけ	527	22.2	12.3	2.3
	13	金	麦茶	二色丼、胡瓜ともやしのナムル、豆腐・えのき・葱の味噌汁	せんべい(10g)、ぶりんしはん	とりひき肉、全卵、煮干し、豆腐	こめ、車糖、植物油、ごま	しょうが、さやいんげん、にんじん、きゅうり、りょくとうもやし、えのきたけ、根深ねぎ	476	20.9	15.5	2.6
	14	土	せんべい(10g)	小型パン、牛乳200ml(パック)、ぼなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	16	月	牛乳100ml	ごはん、豚汁(じゃが)、マカロニサラダ(マヨドレ)、ちくわの煮つけ、おれんじ	牛乳100ml、おたんじょうかいけき	生乳、ぶたもも、豆腐、煮干し、焼き竹輪	こめ、じゃがいも、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ、車糖、ショートケーキ	にんじん、ごぼう、だいこん、根深ねぎ、きゅうり、スイートコーン 缶詰、ネーブル	750	27.8	24.6	2.5
	17	火	麦茶	ごはん、いりとうふ(さ)、中華づけ、△豆腐と大根のみそ汁	牛乳100ml、マリトッツォ	豆腐、ぶたひき肉、全卵、煮干し、生乳、ホイップクリーム	こめ、植物油、車糖、強力粉	にんじん、乾しいたけ、根深ねぎ、きゅうり、だいこん、さやえんどう	804	27.8	28.8	2.7
	18	水	ヤクルト	ごはん、小松菜のサラダ、きのこスープ(中華)、バナナ(1/2本)、白身魚のフライ	麦茶、マカロニのあべかわフライ	ヤクルト、ベーコン、メルルーサー、きな粉	こめ、植物油、車糖、薄力粉、マカロニ・スパゲッティ、ざらめ糖	こまつな、にんじん、スイートコーン 缶詰、えのきたけ、ほんしめじ、たまねぎ、生しいたけ、バナナ	501	15.9	9.5	1.4
	19	木	牛乳100ml	ごはん、ポークビーンズ(大豆)、胡瓜のピクルス、キャベツといんげんのスープ	フルーツヨーグルト	生乳、だいた、ぶたかたロース、ベーコン、ヨーグルト	こめ、じゃがいも、車糖、植物油	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、さやいんげん、もも 缶詰、みかん 缶詰、パイナップル 缶詰、キウイフルーツ	499	16.7	13.4	1.4
	21	土	せんべい(10g)	小型パン、牛乳200ml(パック)、ぼなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	23	月	牛乳100ml	ごはん、ゆーりんちー、チンゲン菜のスープ、キャベツのごま酢あえ、バナナ(1/2本)	麦茶、おたのしみまんじゅう	生乳、全卵、とり手羽 [若鶏肉]	こめ、でん粉、植物油、ごま、車糖、まんじゅう	しょうが、にんにく、チンゲンサイ、にんじん、キャベツ、きゅうり、バナナ	611	20.4	14.6	1.7
	24	火	麦茶	ごはん、麻婆豆腐、じゃがいもサラダ(マヨドレ)、大根と揚げの味噌汁	牛乳100ml、ビスケット(15g)	豆腐、ぶたひき肉、かつお節、油揚げ、生乳	こめ、でん粉、車糖、植物油、じゃがいも、マヨネーズ、ビスケット	根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、きゅうり、だいこん	553	19.4	21.2	2.1
	25	水	ヤクルト	たまごチャーハン、切干サラダ、キャベツといんげんのスープ、ポイルウインナー(20g)、おれんじ	牛乳100ml、蒸しパン	ヤクルト、全卵、ソーセージ、生乳	こめ、植物油、普通はるさめ、車糖、薄力粉	切干しだいこん、きゅうり、にんじん、キャベツ、さやいんげん、ネーブル	566	14.7	12.6	1.1
	26	木	麦茶	人参ごはん、煮込みうどん(ゆで60鶏)、胡瓜の塩もみ、ちくわの磯辺揚げ	麦茶、せんべい(10g)	とりむね [成鶏肉]、油揚げ、煮干し、焼き竹輪、あおのり	こめ、うどん、プレミックス粉、植物油	にんじん、根深ねぎ、きゅうり	392	14.0	8.4	3.0
	27	金	牛乳100ml	ごはん、野菜カレー(冬)、コールスロー、小松菜としめじのミルクスープ	フルーツゼリー、クラッカー(15)	生乳、ぶたばら、ベーコン、ゼラチン	こめ、じゃがいも、植物油、車糖、クラッカー	にんじん、たまねぎ、西洋かぼちゃ、キャベツ、スイートコーン 缶詰、ほんしめじ、こまつな、りんご 果実飲料	612	17.0	21.9	2.9
	28	土	せんべい(10g)	小型パン、牛乳200ml(パック)、ぼなな	せんべい(10g)	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	480	11.9	11.3	1.0
	30	月	牛乳100ml	ごはん、ヤンニョムチキン(50g)、胡瓜ともやしのナムル、ちゅうかすーぶ、バナナ(1/2本)	麦茶、せんべい(10g)	生乳、とりもも [成鶏肉]、全卵	こめ、植物油、でん粉、車糖、ごま	にんにく、にんじん、きゅうり、りょくとうもやし、きくらげ、生しいたけ、根深ねぎ、バナナ	508	16.9	17.0	1.3
	31	火	麦茶	わかめごはん、すばげとみーとそーす(2)、胡瓜のピクルス、卵スープ	牛乳100ml、ブラウニー	乾燥わかめ、ぶたひき肉、ナチュラルチーズ、全卵、生乳	こめ、マカロニ・スパゲッティ、植物油、車糖、でん粉、薄力粉	にんじん、たまねぎ、きゅうり、生しいたけ	534	16.8	12.1	2.2
期間平均									561	18.3	15.4	1.9