



3月 献立表



令和8年

大網木の花幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	kcal	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
2月	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 納豆和え オレンジ 牛乳	485	高野豆腐 味噌 鶏肉 納豆 牛乳	米	干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 昆布 白菜 人参 ほうれん草 オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ
3火	【ひな祭り・啓蟄】ちらし寿司 すまし汁 小松菜の味噌和え グレープフルーツ 牛乳	482	油揚げ 鮭 鶏卵 味噌 牛乳	米 砂糖 油 小切麩	干しいたけ 人参 さやえんどう 焼きのり 大根 わかめ 昆布 小松菜 もやし グレープフルーツ	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ
4水	焼きそば コンソメスープ さつまいものフレンチサラダ バナナ 牛乳	512	豚肉 牛乳	蒸し中華麺 油 砂糖 さつまい	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり えのき茸 テンゲン菜 きゅうり バナナ	中濃ソース 水 チキンスープの素 塩 穀物酢
5木	ご飯 味噌汁 鶏つくね 白菜のマヨ和え チーズ 牛乳	512	味噌 鶏肉 木綿豆腐 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 パン粉 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ なめこ 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 白菜 パプリカ コーン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ
6金	ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ オレンジ 牛乳	531	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 切干大根 わかめ オレンジ	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
9月	ご飯 中華スープ にら玉 トマトドレッシング和え チーズ 牛乳	479	鶏卵 チーズ 牛乳	米 ごま油 油 砂糖 片栗粉	白菜 テンゲン菜 わかめ にら 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 穀物酢 トマトドレッシング
10火	野菜パン コーンスープ チキンローフ 野菜ソテー オレンジ 牛乳	525	鶏肉 木綿豆腐 牛乳	野菜パン パン粉 片栗粉 油	玉ねぎ コーン もやし キャベツ 人参 オレンジ	水 シチューフレーク 塩 万能つゆ チキンスープの素
11水	☆卒園お祝い献立☆赤飯 お吸い物 えびフライ ブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	533	小豆 かつお節 えび 牛乳	米 もち米 ごま 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 大根 長ねぎ しめじ 昆布 ブロッコリー 白菜 人参 バナナ	水 塩 こいくちしょうゆ トマトケチャップ 中濃ソース

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

※赤字・青字はアレルギー対応食

※赤字・代替食

※青字・除去食

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	450	18.5	16.6	200	1.4
	平均量	507	19.8	17.3	279	1.5

☆園の給食では栄養豊富でおいしい「金芽米」を使用しています。