

しおや保育所給食だより

令和 8年 3月

日曜	献立	3色分類		
		赤 (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	緑 (体の調子を整える)
2月	米飯 白身魚のりんごソース サラダ かき卵汁 オレンジ	白身魚 卵 ハム 干わかめ かまぼこ	精白米 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ	りんご キャベツ きゅうり 人参 たまねぎ ねぎ オレンジ
3火	パン コロッケ 和え物 豆腐スープ りんご	合びき肉 チーズ 卵 シーチキン 木綿豆腐 干わかめ	パン じゃがいも 小麦粉 油 パン粉	たまねぎ 人参 ピーマン キャベツ きゅうり しめじ ねぎ りんご
4水	米飯 いりどり 甘酢和え バナナ	鶏肉 ちくわ 卵 干わかめ ハム	精白米 じゃがいも こんにやく 油 砂糖 はるさめ ごま油	ごぼう れんこん 人参 干しいたけ きゅうり さやいんげん バナナ
5木	ありがとうの会 (家庭からのお弁当) ♪りんごヨーグルトケーキ			
6金	パン 魚のトマトソース煮 ポトフ風スープ オレンジ	白身魚 ウインナー	パン 小麦粉 油 じゃがいも 砂糖	たまねぎ ピーマン トマト キャベツ 人参 オレンジ
7土	パン バナナ 牛乳	牛乳	パン	バナナ
9月	米飯 マーボー豆腐 もやしのスープ バナナ	木綿豆腐 合びき肉 みそ 干わかめ	精白米 片栗粉 ごま油 砂糖	人参 たまねぎ ねぎ もやし バナナ
10火	パン 海の幸オムレツ 付合せ ピーンサラダ りんご ♪プリン	卵 ひじき えび ハム	パン じゃがいも ビーフン ごま マヨネーズ	たまねぎ キャベツ 人参 ほうれんそう りんご
11水	カレーチャーハン 鶏肉のからあげ サラダ 豆腐清汁 いちご 誕生会	合びき肉 卵 鶏肉 ハム 干わかめ あげ 木綿豆腐	精白米 バター 片栗粉 油 和風ドレッシング	たまねぎ ピーマン 人参 キャベツ きゅうり えのきたけ ねぎ いちご
12木	牛ごぼう炊き込みごはん ふすまし汁 かぶとハムのマリネ メロン	牛肉 ハム 干わかめ あげ	精白米 油 ふ	ごぼう さやいんげん 人参 かぶ きゅうり レモン たまねぎ レタス えのきたけ ねぎ メロン
13金	米飯 すきやき風煮 ごま和え りんご ★	牛肉 焼き豆腐	精白米 糸こんにやく ふ 油 砂糖 ごま	はくさい 大根 たまねぎ ほうれんそう キャベツ えのきたけ もやし りんご
14土	パン バナナ 牛乳	牛乳	パン	バナナ
16月	米飯 肉豆腐 さつまいものみそ汁 りんご	木綿豆腐 豚肉 あげ みそ	精白米 糸こんにやく 砂糖 油 さつまいも	はくさい 大根 えのきたけ 人参 たまねぎ ほうれんそう ねぎ りんご
17火	パン ごぼうハンバーグ サラダ 野菜スープ バナナ	合びき肉 牛乳 卵 シーチキン 干わかめ	パン パン粉 油 マヨネーズ	ごぼう たまねぎ 人参 かぼちゃ きゅうり 干しぶどう もやし ねぎ バナナ
18水	米飯 酢鶏 はるさめスープ オレンジ ♪ツナマヨトースト	鶏肉	精白米 片栗粉 油 じゃがいも 砂糖 はるさめ	パイナップル たまねぎ 人参 たけのこ水煮 ねぎ ピーマン はくさい 干しいたけ オレンジ
19木	カレーライス ナムル バナナ	牛肉 粉チーズ	精白米 じゃがいも 油 ごま 砂糖 ごま油	たまねぎ 人参 グリンピース ほうれんそう もやし しめじ バナナ
21土	パン バナナ 牛乳	牛乳	パン	バナナ
23月	米飯 魚の照り焼き お浸し けんちん汁 バナナ ♪蒸し芋	白身魚 花かつお 木綿豆腐 みそ	精白米 砂糖 こんにやく 油	キャベツ ピーマン 人参 ごぼう たまねぎ ねぎ バナナ
24火	オムライス コールスローサラダ オニオンスープ オレンジ	鶏肉 卵 ハム ベーコン 干わかめ	精白米 油 砂糖 フレンチドレッシング	たまねぎ ピーマン 人参 キャベツ きゅうり パイナップル (缶) ねぎ オレンジ
25水	パン いり卵の甘酢あんかけ スパゲッティサラダ りんご	卵 シーチキン チーズ	パン 油 砂糖 片栗粉 スパゲッティ マヨネーズ	人参 ピーマン たまねぎ トマトピューレー きゅうり りんご
26木	米飯 八宝菜 ひじきいり煮 バナナ	豚肉 えび ひじき 平天 あげ	精白米 油 砂糖 片栗粉 糸こんにやく ごま油	はくさい たまねぎ 人参 たけのこ水煮 もやし ピーマン 干しいたけ バナナ
27金	タコライス チーズスープ りんご	豚ひき肉 ベーコン 卵 粉チーズ	精白米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも パン粉 バター	たまねぎ にんにく キャベツ トマト 人参 パセリ りんご
28土	パン バナナ 牛乳	牛乳	パン	バナナ
30月	米飯 鶏じゃが 春野菜の味噌汁 バナナ	鶏肉 ちくわ 木綿豆腐 あげ 干わかめ みそ	精白米 じゃがいも 砂糖 糸こんにやく 油	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ ねぎ バナナ
31火	パン マカロニグラタン ポトフ オレンジ	鶏肉 牛乳 シュレッドチーズ ウインナー	パン 油 マカロニ バター 小麦粉 じゃがいも	えのきたけ たまねぎ さやいんげん 人参 キャベツ オレンジ

3月12日(木)の献立は年長さんからのリクエストメニューです。

クラスで話し合ってきました。
思い出とともに、楽しんで食べて
欲しいと思います。



牛ごぼう炊き込みごはん ふすまし汁
かぶとハムのマリネ メロン



…『地産地消の日』

昼食の全材料使用量のうち
50%以上が香川県産です。



…『手作りおやつの日』