

3月 給食献立表



令和8年

今月の目標：成長を喜び、食事に感謝する。

日	曜	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	
2	月	具だくさんのひじきの煮物 ほうれん草ごま和え 味噌汁	スキムミルク お麩のラスク	だいず・油揚げ・焼き竹輪・鶏もも 麦みそ・脱脂粉乳	中ざら糖・三温糖・ごま・じゃがいも 焼きふ・マーガリン	ほしひじき・にんじん・れんこん 乾しいたけ・ごぼう・ほうれんそう りよくとうもやし・えのきたけ・キャベツ たまねぎ	
3	火	【誕生会】 さつますもじ おさ汁 鶏の唐揚げ 春色サラダ イチゴ	カルピス ひなあられ	鶏もも・さつま揚げ・鶏卵 蒸しかまぼこ・絹ごし豆腐 ロースハム・乳酸菌飲料	三温糖・かたくり粉・マヨネーズ ひなあられ	乾しいたけ・きくらげ・にんじん・ごぼう たけのこ水煮・あおさ・たまねぎ えのきたけ・キャベツ・スイートコーン いちご	
4	水	ジャーマンポテト えび焼売 納豆ほうれん草 オレンジ	スキムミルク ジャムサンド	豚もも・鶏卵・しゅうまい・しらす干し 糸引き納豆・脱脂粉乳	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 食パン・いちごジャム・マーガリン	たまねぎ・にんじん・グリーンピース ほうれんそう・パレンシアオレンジ	
5	木	白身魚のピザ風焼き ブロッコリーの胡麻和え かみなり汁	スキムミルク クッキー	まがれい・パルメザンチーズ 木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵	塩こしょう・ごま・さといも・ごま油 薄力粉・食塩不使用バター グラニュー糖	たまねぎ・パセリ・ブロッコリー・大根 にんじん・根深ねぎ・ごぼう	
6	金	煮込みハンバーグ 大根サラダ 野菜スープ	スキムミルク ヨーグルトケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・木綿豆腐 普通牛乳・かに風味かまぼこ 脱脂粉乳・ヨーグルト	パン粉・三温糖・マヨネーズ・バター ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・トマト缶・ぶなしめじ ブロッコリー・大根・きゅうり・みずな スイートコーン・りんご・キャベツ りよくとうもやし・えのきたけ	
7	土	ちゃんこうどん カボチャコロッケ りんご	牛乳 せんべい	かつお節・鶏もも・焼き竹輪・油揚げ 普通牛乳	干しうどん・コロケ・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・はくさい・大根 こまつな・乾しいたけ・りんご	
9	月	野菜いっぱいカレー フルーツサラダ	スキムミルク マカロニあべかわ	牛ひき肉・豚ひき肉・ヨーグルト 脱脂粉乳・きな粉	じゃがいも・さつまいも・米ぬか油 マカロニ・スパゲッティ・黒砂糖	西洋かぼちゃ・にんじん・たまねぎ グリーンピース・きゅうり・りんご・バナナ みかん・パインアップル 干しぶどう	
10	火	マカロニグラタン 中華スープ バナナ	スキムミルク ココアトースト	バナメイエビ・ウインナー 普通牛乳・プロセスチーズ・鶏卵 脱脂粉乳	マカロニ・スパゲッティ・マーガリン 米ぬか油・食パン・グラニュー糖	たまねぎ・マッシュルーム・にんじん こまつな・えのきたけ・バナナ	
11	水	大豆の五目煮 ししゃも天 ほうれん草ともやしナムル	スキムミルク 黒糖ふくれ菓子	鶏もも・蒸しかまぼこ・だいず ししゃも・脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・プレミックス粉 ごま油・ごま・中力粉・黒砂糖 はちみつ・重曹	にんじん・ごぼう・たけのこ・乾しいたけ ほうれんそう・りよくとうもやし	
12	木	魚のマヨネーズ焼き 野菜きんぴら なっとう汁	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	まがれい・普通牛乳・鶏卵 しらす干し・油揚げ・木綿豆腐 挽きわり納豆・麦みそ・脱脂粉乳 煮干し	マヨネーズ・三温糖 ごま・ごま油・じゃがいも・米 わかめご飯の素	ごぼう・にんじん・大根・れんこん・たけのこ たまねぎ・味付けのり	
13	金	【お別れ会】 鶏の竜田揚げ ケチャップスパゲッティ タレつき肉団子 ブロッコリー かき玉汁 オレンジ	牛乳 ケーキ	鶏もも・タレつき肉団子・鶏卵 普通牛乳	かたくり粉・マカロニ・スパゲッティ・三温糖 ショートケーキ	ブロッコリー・たまねぎ・えのきたけ・こねぎ パレンシアオレンジ	
14	土	焼きそば たまごスープ りんご	牛乳 せんべい	豚もも・焼き竹輪・鶏卵・普通牛乳	中華めん・米ぬか油・甘辛せんべい	キャベツ・たまねぎ・にんじん りよくとうもやし・カットわかめ・りんご	
16	月	親子煮 ごまネーズサラダ バナナ	スキムミルク マドレーヌ	鶏もも・蒸しかまぼこ・鶏卵・だいず 焼き竹輪・麦みそ・脱脂粉乳 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・車糖 マヨネーズ・ごま・薄力粉 バター	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・こねぎ 乾しいたけ・ほうれんそう・ほしひじき バナナ	
17	火	魚フライ スパゲティサラダ 味噌汁	スキムミルク ピザトースト	まだい・鶏卵・ロースハム・麦みそ 脱脂粉乳・プロセスチーズ	薄力粉・パン粉・米ぬか油 マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ じゃがいも・食パン・ピザソース	きゅうり・りんご・にんじん・スイートコーン えのきたけ・大根・たまねぎ	
18	水	ハヤシライス コールスロー オレンジ	スキムミルク うどんかりんとう	牛もも・ロースハム・脱脂粉乳	米ぬか油・三温糖 シーザードレッシング・黒砂糖・うどん	たまねぎ・ぶなしめじ・トマト缶 グリーンピース・キャベツ・にんじん・きゅうり りんご・スイートコーン パレンシアオレンジ	
19	木	スパニッシュオムレツ パンバンジー 味噌汁 りんご	スキムミルク 焼きおにぎり	鶏卵・ベーコン・普通牛乳・クリーム 鶏むね肉・麦みそ・脱脂粉乳・かつお節	じゃがいも・米ぬか油・米・ごま	たまねぎ・にんじん・パセリ・きゅうり りよくとうもやし・えのきたけ・こねぎ 西洋かぼちゃ・りんご	
21	土						
23	月	大豆とひき肉のドライカレー 人参サラダ バナナ	スキムミルク フライドポテト	牛ひき肉・豚ひき肉・だいず かつお節・脱脂粉乳	じゃがいも・米ぬか油・薄力粉 マヨネーズ・フライドポテト	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・にんにく しょうが・きゅうり・バナナ	
24	火	鶏のスパイス焼き ポテトサラダ 味噌汁 オレンジ	スキムミルク ミニアメリカンドッグ	鶏もも・ロースハム・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳 魚肉ソーセージ	三温糖・じゃがいも・マヨネーズ ホットケーキミックス・米ぬか油 じゃかりこチーズ	しょうが・きゅうり・にんじん・りんご スイートコーン・ミニトマト・たまねぎ・大根 パレンシアオレンジ	
25	水	牛肉とゴボウの炒め煮 酢の物 味噌汁	スキムミルク サーターアンダギー	牛もも・麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵	三温糖・米ぬか油・緑豆はるさめ ホットケーキミックス・薄力粉・黒砂糖	ごぼう・ぶなしめじ・にんじん・たまねぎ カットわかめ・きゅうり・なつみかん えのきたけ・西洋かぼちゃ・こまつな	
26	木	魚の野菜あんかけ 味噌汁 納豆 オレンジ	スキムミルク 人参ケーキ	まがれい・油揚げ・麦みそ 糸引き納豆・脱脂粉乳・鶏卵	かたくり粉・米ぬか油・グラニュー糖 強力粉	にんじん・えのきたけ・りよくとうもやし こまつな・たまねぎ・乾しいたけ たけのこ水煮・西洋かぼちゃ パレンシアオレンジ	
27	金	さつま芋シチュー チキンナゲット ひじきサラダ	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	鶏もも・普通牛乳・チキンナゲット まぐろ缶詰・脱脂粉乳・煮干し	さつまいも・米ぬか油・マヨネーズ・米 わかめご飯の素	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・きゅうり・りよくとうもやし ほしひじき・味付けのり	
28	土	和風カレーうどん 三色ナムル りんご	牛乳 せんべい	豚かた・かつお節・普通牛乳	干しうどん・ごま・ごま油 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ ほうれんそう・りよくとうもやし・りんご	
30	月	高野豆腐の卵とじ チーズはんぺんフライ 塩昆布和え	スキムミルク マドレーヌ	鶏ひき肉・鶏卵・高野豆腐・脱脂粉乳 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油 チーズはんぺんフライ・薄力粉 バター・三温糖	キャベツ・にんじん・りよくとうもやし えのきたけ・こねぎ・たまねぎ・塩昆布 大根・きゅうり	

(※ このマークの日はご飯はいりません)