

令和7年 3月 給食献立表 杉ノ子第二保育園

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
1 土	スパゲッティナポリタン ポテトスープ グリーンサラダ ヨーグルト	菓子 牛乳 塩昆布とツナのおにぎり 麦茶	牛乳・フランクフルトソーセージ・パルメザンチーズ・ベーコン・ヨーグルト・まぐろ油漬缶詰	菓子・スパゲティ・調合油・じゃがいも・精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマトケチャップ・ホールトマト・パセリ・キャベツ・きゅうり・塩昆布
3 月	ちらし寿司 すまし汁 鶏肉の唐揚げ 金平牛蒡 茹でブロッコリー 果物(バナナ)	菓子 牛乳 桜もち あられ 麦茶	牛乳・鶏卵・でんぷ・木綿豆腐・削り節・若鶏もも皮なし	菓子・精白米・三温糖・片栗粉・調合油・いりごま・マヨネーズ・桜もち(関東風)	かんぴょう・乾しいたけ・にんじん・焼きのり・えのきたけ・長ねぎ・ほうれんそう・まこんぶ・しょうが・にんにく・ごぼう・ブロッコリー・バナナ
4 火	ふりかけご飯 鶏つくね汁 お好み焼き風厚焼き卵 切干し大根の甘酢和え 果物(柑橘類)	ヨーグルト 麦茶 ピザトースト 牛乳	ヨーグルト・鶏ひき肉・淡みそ・サラダ竹輪・鶏卵・かつお節・ベーコン・ヒザ用チーズ・牛乳	精白米・片栗粉・調合油・三温糖・食パン	長ねぎ・しょうが・ごぼう・にんじん・はくさい・キャベツ・あおのり・切干しだいこん・りよくとうもやし・きゅうり・柑橘類・たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ
5 水	オープンサンド コーンスープ ポークビーンズ ももゼリー	果物(バナナ) 麦茶 おかかチャーハン 麦茶	プロセスチーズ・大豆水煮缶詰・ぶたロース・ベーコン・削り節	パン・マヨネーズ・片栗粉・じゃがいも・調合油・三温糖・ゼリー・精白米	バナナ・きゅうり・冷凍コーン・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・トマトケチャップ・ホールトマト・こねぎ
6 木	ご飯 味噌汁 はんぺんフライ マロニーの金平 きゅうりの和え物 果物(バナナ)	ジュース 菓子 おにぎり クッキー 麦茶	赤みそ・削り節・煮干し・はんぺん・鶏卵	菓子・精白米・薄力粉・パン粉・調合油・マロニー・三温糖・ごま油・薄力粉・有塩バター	りんごジュース・えのきたけ・たまねぎ・こまつな・ごぼう・にんじん・青ピーマン・きゅうり・バナナ
7 金	若布ごはん 味噌汁 鶏肉のコーンフ레이크焼き 人参しりしり ポテトフライ 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 マドレーヌ 麦茶	牛乳・絹ごし豆腐・赤みそ・煮干し・削り節・若鶏もも皮なし・エッグケアマヨネーズ・まぐろ油漬缶詰・鶏卵	菓子・精白米・コーンフ레이크・ごま油・フライドポテト・調合油・薄力粉・三温糖・無塩バター	なめこ・長ねぎ・にんにく・しょうが・にんじん・みかん・レモン果汁
8 土	チャンポン ブロッコリーのごまサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子 のりチーズサンド 牛乳	牛乳・ぶたロース・蒸しかまぼこ・ロースハム・ヨーグルト・エッグケアマヨネーズ・プロセスチーズ	菓子・中華めん・ごま油・すりごま・マヨネーズ・食パン	長ねぎ・にんじん・キャベツ・りよくとうもやし・にら・ブロッコリー・焼きのり
10 月	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き コーンのかき揚げ きゅうりと若布の酢の物 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 カレーうどん 麦茶	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・さけ・ぶたロース	菓子・精白米・天ぷら粉・調合油・いりごま・三温糖・ゆでうどん	だいこん・みずな・冷凍コーン・たまねぎ・あおのり・きゅうり・塩わかめ・柑橘類・こねぎ
11 火	きょうせき かきたまスープ パンサンスー 果物(柑橘類)	ヨーグルト 麦茶 スイーツポテトクランブル 牛乳	ヨーグルト・ぶたひき肉・鶏卵・ロースハム・牛乳	精白米・ごま油・三温糖・片栗粉・ぎょうざの皮・調合油・はるさめ・さつまいも・有塩バター・薄力粉	長ねぎ・しょうが・にんにく・えのきたけ・キャベツ・にら・たまねぎ・にんじん・きゅうり・柑橘類
12 水	牛乳パン 若布スープ コーンチーズハンバーグ マカロニサラダ 茹でブロッコリー リンゴゼリー	果物(バナナ) 麦茶 ニラもやしラーメン 麦茶	ぶたひき肉・鶏ひき肉・プロセスチーズ・まぐろ油漬缶詰・ぶたロース	パン・いりごま・パン粉・調合油・マカロニ・マヨネーズ・ゼリー・中華めん	バナナ・塩わかめ・長ねぎ・たまねぎ・冷凍コーン・トマトケチャップ・にんじん・きゅうり・ブロッコリー・にら・りよくとうもやし
13 木	ふりかけご飯 味噌汁 鶏肉のパーベキューソース 小松菜のかりかりベーコンサラダ 蒸し野菜(かぼちゃ) 果物(柑橘類)	ジュース 菓子 チーズ蒸しパン 牛乳	生揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・若鶏もも皮なし・ベーコン・プロセスチーズ・牛乳	菓子・精白米・薄力粉・三温糖・オリーブ油・調合油	りんごジュース・りよくとうもやし・長ねぎ・しょうが・トマトケチャップ・りんご・にんにく・たまねぎ・こまつな・キャベツ・くりかぼちゃ・柑橘類
14 金	お赤飯 味噌汁 鯖のカレー揚げ 煮付け スパゲティソテー・茹でブロッコリー 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 ケーキ 麦茶	牛乳・ささげ・油揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・さば・さつまい揚げ	菓子・精白米・ごま油・片栗粉・調合油・三温糖・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・ケーキ	キャベツ・こねぎ・だいこん・にんじん・たまねぎ・トマトケチャップ・青ピーマン・ブロッコリー・柑橘類・いちご
15 土	豚肉の旨煮丼 オニオンスープ かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	牛乳 菓子 ラスク 牛乳	牛乳・ぶたロース・ヨーグルト	菓子・精白米・調合油・ごま油・三温糖・片栗粉・食パン・有塩バター・グラニュー糖	にんじん・たまねぎ・キャベツ・えのきたけ・ぶなしめじ・にんにく・チンゲンサイ・冷凍くりかぼちゃ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
乳児	502	19.3	15.8	221	1.9	154	0.31	0.36	38	4.7	2.0
幼児	585	22	18.7	198	2.4	174	0.36	0.34	44	6	2.5

※おやつの上段は、乳児の午前のおやつです
 ※乳児のマヨネーズは、卵の入っていない製品を使用しています
 ※材料の入荷状況により献立を変更する場合があります
 ※まだ食べたことのない食材はご家庭でお試しください
 ※★マークは新メニューです

おいしい行事
 上巳の節句
 3月3日の上巳の節句は、桃の節句とも呼ばれ、女の子の健やかな成長を願う行事です。ひし餅やひなあられは、緑(健康)、白(清潔)、桃(魔除け)を、各色に餅が込められています。

保護者	園長	栄養士

令和7年 3月 給食献立表 杉ノ子第二保育園

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
17	月	ふりかけご飯 味噌汁 春巻き ごぼうサラダ キャベツのおかか和え オレンジゼリー	菓子 牛乳 ぼたもち 麦茶	牛乳・木綿豆腐・赤みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・あずき・きな粉	菓子・精白米・はるさめ・ごま油・三温糖・片栗粉・調合油・すりごま・マヨネーズ・ゼリー	りょくとうもやし・チンゲンサイ・はくさい・ゆでたけのこ・乾しいたけ・ごぼう・にんじん・キャベツ
18	火	カレーライス 春雨スープ ツナサラダ 果物(りんご)	ヨーグルト 麦茶 お好み焼き 牛乳	ヨーグルト・ぶたロース・まぐろ油漬缶詰・鶏卵・ベーコン・牛乳	精白米・じゃがいも・調合油・はるさめ・お好み焼き粉	たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・キャベツ・きゅうり・りんご・冷凍コーン・あおのり
19	水	フリオッシュパン 白菜とえのきのスープ 鶏肉のマーマレード焼き 根菜サラダ 茹でブロッコリー ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 クリームコーンパスタ 麦茶	若鶏もも皮なし・ヨーグルト・ベーコン・牛乳・パルメザンチーズ	パン・有塩バター・三温糖・いりごま・マヨネーズ・スバゲティ・調合油	バナナ・はくさい・たまねぎ・えのきたけ・マーマレード・れんこん・にんじん・かぶ・かぶの葉・ブロッコリー・ほうれんそう・コーン缶詰クリーム
21	金	ご飯 味噌汁 ヒレカツ 春雨サラダ 茹でキャベツ 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 焼き芋 牛乳	牛乳・赤みそ・削り節・煮干し・ぶたヒレ・鶏卵・まぐろ油漬缶詰	菓子・精白米・薄力粉・パン粉・調合油・はるさめ・三温糖・マヨネーズ・さつまいも	えのきたけ・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・きゅうり・キャベツ・柑橘類
22	土	焼きそば 韓国風スープ コーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子 おにぎり 麦茶	牛乳・ぶたロース・ヨーグルト	菓子・中華めん・調合油・いりごま・ごま油・精白米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・青ピーマン・あおのり・塩わかめ・きゅうり・冷凍コーン
24	月	ご飯 豚肉とこんにゃくの炒め汁 鮭のスタミナ焼き もやしとほうれん草のごまあえ 茹で人参 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 ★桃のケーキ★ 牛乳	牛乳・ぶたロース・さけ・赤みそ・鶏卵	菓子・精白米・糸こんにゃく・ごま油・すりごま・三温糖・薄力粉・無塩バター・調合油	にんじん・えのきたけ・長ねぎ・さやえんどう・セロリー・にんにく・りょくとうもやし・ほうれんそう・柑橘類・黄桃缶
25	火	青菜ご飯 味噌汁 さっぱりしょうが焼き 野菜ソテー 粉ふき芋 果物(バナナ)	ヨーグルト 麦茶 すいとん 麦茶	ヨーグルト・生揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・ぶたロース・若鶏もも皮なし	精白米・三温糖・調合油・じゃがいも・薄力粉	長ねぎ・塩わかめ・しょうが・だいこん・キャベツ・りょくとうもやし・青ピーマン・にんじん・バナナ・ほうれんそう・乾しいたけ
26	水	バターロールパン ジュリエントスープ キッシュ マカロニソテー 茹でブロッコリー ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 いなり寿司 麦茶	鶏卵・ベーコン・ピザ用チーズ・ヨーグルト・油揚げ	パン・調合油・マカロニ・有塩バター・マヨネーズ・精白米・三温糖・いりごま	バナナ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・セロリー・ほうれんそう・赤ピーマン・青ピーマン・トマトケチャップ・ブロッコリー
27	木	ふりかけご飯 味噌汁 鯖のステーキソース 南瓜のサラダ ブロッコリーのおかか和え 果物(柑橘類)	菓子 ジュース かりんとうトースト 牛乳	木綿豆腐・赤みそ・削り節・煮干し・たら・ロースハム・牛乳	菓子・精白米・薄力粉・調合油・三温糖・マヨネーズ・食パン・黒砂糖・有塩バター	りんごジュース・はくさい・みずな・たまねぎ・冷凍くりかぼちゃ・きゅうり・にんじん・ブロッコリー・柑橘類
28	金	ご飯 味噌汁 鶏すき 青菜とキャベツのごま和え ぶどうゼリー	菓子 牛乳 じゃが芋たんぼ 牛乳	牛乳・赤みそ・煮干し・削り節・若鶏もも皮なし・焼き豆腐	菓子・精白米・しらたき・調合油・三温糖・すりごま・ゼリー・じゃがいも・片栗粉	たまねぎ・えのきたけ・塩わかめ・にんじん・長ねぎ・はくさい・かきな・キャベツ
29	土	きつねうどん じゃが芋のそぼろ煮 ヨーグルト	菓子 牛乳 炊き込みご飯 麦茶	牛乳・油揚げ・削り節・鶏ひき肉・ヨーグルト・ぶたロース	菓子・ゆでうどん・三温糖・じゃがいも・調合油・精白米	にんじん・長ねぎ・ほうれんそう・乾しいたけ
31	月	ごま塩ご飯 味噌汁 鯖の竜田揚げ ほうれん草とにんじんの白和え 蒸し野菜(かぼちゃ) 果物(柑橘類)	菓子 牛乳 トマトソースのパンネ 牛乳	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・煮干し・さば・木綿豆腐・ベーコン・パルメザンチーズ	菓子・精白米・ごま油・片栗粉・調合油・すりごま・三温糖・パンネ	だいこん・こねぎ・しょうが・ほうれんそう・にんじん・くりかぼちゃ・柑橘類・たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ・ホールトマト

みんなで食べる時間を大切に

厳しい寒さが和らぎ、春の訪れを感じるようになりました。心も体も大きく成長した子どもたち。まもなく卒園、進級を迎えます。給食の時間をみんなで楽しみながら、残りひと月を元気に過ごしましょう。

3月7日(金曜日)はゆり組さんのリクエスト献立です★