



令和7年3月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日	曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)	
1	土	お茶	あんかけ豆腐丼 パナナ スティックチーズ	豆腐 鶏肉 スティックチーズ	片栗粉 米 砂糖	ほうれんそう たまねぎ にんじん たけのこ パナナ	お茶 菓子
3	月	鉄入り たっぶりし らすくん	五目寿司 すまし汁 オレンジ	かまぼこ ひじき わかめ 桜かま ぼこ	砂糖 米	にんじん 干しいたけ たけのこ なばな オレンジ	牛乳 ひなあられ ひなまつりゼリー
4	火	バナナ	ハヤシライス キャベツの甘酢漬け	豚肉 スkimミルク	じゃがいも ハヤシルウ 油 米 砂糖	たまねぎ にんじん コーン キャベ ツ もやし みかん缶	ジョア ★米粉リンゴ蒸し ケーキ ミニフィッシュ
5	水	ヤクルト	関東煮 ニラ納豆 ご飯	鶏肉 厚揚げ ちくわ こんぶ 納 豆	さといも 砂糖 米	だいこん にんじん こんにゃく に ら	牛乳 オレンジ 菓子
6	木	スティック チーズ	酢豚風煮 菜飯 ブロッコリーのマヨネーズ和え	豚肉 厚揚げ	片栗粉 油 マヨドレ 米	たまねぎ たけのこ にんじん 干し しいたけ ピーマン ブロッコリー 乾燥大根葉	牛乳 ★フライドポテト ドライブルー
7	金	オレンジ	冷麦そばろ味噌(温) 切干大根のさっぱりサラダ ロールパン	鶏ひき肉 豆みそ つな	冷麦 砂糖 マヨドレ ロールパン	切干大根 きゅうり にんじん	牛乳 パナナ 菓子
8	土	お茶	豚丼 オレンジ スティックチーズ	豚肉 かまぼこ スティックチーズ	片栗粉 砂糖 米	しめじ たまねぎ にんじん ねぎ オレンジ	お茶 菓子
10	月	鉄入り たっぶりし らすくん	ポークビーンズ(カレー) ご飯 もやしとニラのナムル	豚肉 だいず スkimミルク 塩昆 布	じゃがいも カレールウ 砂糖 油 米 ごま油	にんじん たまねぎ さやいんげん もやし にら	牛乳 ★フルーツゼリー クッキー
11	火	ラブミーブ ラス	鶏肉の立田揚げ 星型ポテト おにぎり コーンと野菜の三杯酢	鶏肉	片栗粉 薄力粉 星型ポテト 油 米 砂糖	コーン もやし きゅうり キャベツ	牛乳 菓子 さつまポテト
12	水	オレンジ	サバの味噌煮 ご飯 ひじきの白和え	サバ 豆みそ 豆腐 ひじき	砂糖 米 すりごま	しょうが にんじん ほうれんそう	アソビミルク りんご 菓子
13	木	バナナ	八宝菜 ご飯 小松菜のツナ和え	豚肉 かまぼこ つな	片栗粉 米 砂糖	にんじん もやし はくさい たまね ぎ きくらげ しょうが 小松菜 コー ン	牛乳 ★大学芋 ドライブルー
14	金	スティック チーズ	焼きそば ミルクロール ウインナ(乳1、幼2) もやしのゆかり和え	豚肉 かまぼこ あおのり スキン レスウインナ	焼きそば 油 ミルクパン	キャベツ にんじん ピーマン もや し きゅうり	牛乳 オレンジ 菓子
15	土	お茶	中華飯 パナナ スティックチーズ	豚肉 半平 スティックチーズ	米 片栗粉 油	たまねぎ にんじん 干しいたけ もやし ピーマン パナナ	お茶 菓子
17	月	鉄入り たっぶりし らすくん	カレーライス マカロニサラダ	豚肉 スkimミルク	米 じゃがいも カレールウ 油 マ カロニ マヨドレ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅ うり	牛乳 パナナ ★ココアういろ
18	火	オレンジ	豆腐のくず煮 ご飯 なばなのごま和え	豆腐 鶏肉	片栗粉 油 米 すりごま 砂糖	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ たけのこ なばな	カップdeヤクルト にんじんケーキ ミニフィッシュ
19	水	ジョア	味噌カツ いろいろ野菜スープ ご飯	豚ロース 豆みそ 豚肉	薄力粉 パン粉 砂糖 油 米	たまねぎ にんじん だいこん キャ ベツ	牛乳 りんご 菓子
20	木	春分の日					
21	金	バナナ	コーンラーメン クロロール 小松菜のごま和え	豚肉	中華めん 油 クロロール すりご ま 砂糖	たまねぎ にんじん もやし ねぎ コーン 小松菜	牛乳 オレンジ ★マカロニ安倍川
22	土	お茶	豚肉と高野豆腐丼 オレンジ スティックチーズ	豚肉 高野豆腐 スティックチーズ	米 片栗粉 砂糖	ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ オレンジ	お茶 菓子
24	月	りんご ジュース	煮込みハンバーグ ご飯 たたききゅうり (幼:角チーズ)	ハンバーグ 角チーズ	砂糖 米 ごま油	たまねぎ きゅうり	牛乳 パナナ ★鬼まんじゅう
25	火	オレンジ	マーボー飯 チンゲンサイの中華和え	豆腐 豚ひき肉 豆みそ	米 片栗粉 砂糖 ごま油	にんじん たまねぎ ねぎ チンゲ ンサイ もやし	牛乳 りんご 菓子
26	水	バナナ	炒り豆腐 ご飯 キャベツの土佐和え	高野豆腐 鶏肉 ひじき 花かつお	片栗粉 砂糖 米	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ もやし	牛乳 菓子 フルーツゼリー
27	木	スティック チーズ	白菜のクリーム煮 わかめご飯 キャベツのナムル	鶏肉 スkimミルク わかめ 塩昆 布	じゃがいも マカロニ 米粉クリーム ルウ 油 米 ごま油	はくさい たまねぎ にんじん パセ リ キャベツ もやし	牛乳 オレンジ 菓子
28	金	鉄入り たっぶりし らすくん	鶏さつまの甘辛煮 ご飯 ほうれん草の磯和え	鶏肉 きざみのり	さつまいも 砂糖 油 米	にんじん 糸こんにゃく さやいんげ ん ほうれんそう	牛乳 菓子 グレープフルーツ
29	土	お茶	カレーライス フルーツゼリー スティックチーズ	豚肉 スkimミルク スティックチー ズ	米 じゃがいも カレールウ 油	たまねぎ にんじん	お茶 菓子
31	月	オレンジ	スタミナ丼 大豆のサラダ	豚肉 厚揚げ 蒸し大豆	ごま 片栗粉 砂糖 米 マヨドレ	たまねぎ にんじん にら もやし きゅうり コーン	牛乳 パナナ 菓子

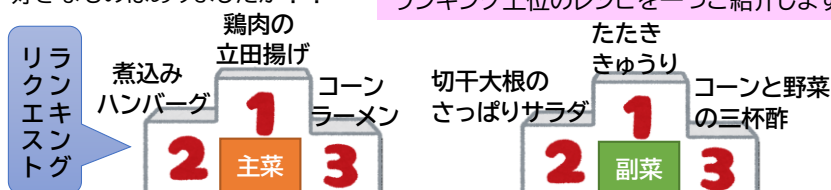
3月はリクエスト給食☺

もうすぐ卒園する青さんから保育園給食のリクエストを出してもらいました。

下線(太字)がついているものがリクエストがあったメニューです。

好きなものはありましたか？

ランキング上位のレシピを一つご紹介します！⇒⇒



○ 切干大根のさっぱりサラダ ○ (こども一人分)

材料	数量
ツナ	20g
切干大根	8g
きゅうり	10g
にんじん	5g
マヨネーズ	8g
酢	2ml
塩	少々

※

※保育園では、「卵を使わないマヨドレ」をマヨネーズとして使用しています。

献立は諸事情により変更となる場合があります。

- ①切干大根は洗って水で戻し、3cmのざく切りにしてから約10分茹でる。
- ②ツナは油をきる。
- ③きゅうりはせん切りにして、熱湯にさっと通す。
- ④にんじんもせん切りにして、茹でる。
- ⑤※印の調味料を混ぜ合わせてドレッシングを作り、①～④の水気をきって和える。