



# 3月予定および献立表



2024年2月20日  
堀江敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1	金	雛祭	ハーベスト	★ちらし寿司 そばろ煮 すまし汁	ちりめんじゃこ、蓮根、高野豆腐、椎茸、人参、桜でんぶ、 <b>鰹糸卵</b> 、のり、酢、三温糖、醤油、みりん 鶏肉、さつまいも、じゃが芋、人参、いんげん、醤油、みりん、三温糖 かまぼこ、えのき、三つ葉、醤油、塩	●ひなケーキ HM、牛乳、豆乳ホイップ、いちご、キウイ、ひなあられ ●牛乳
2	土	保育発表会	ビスコ	おにぎり かき揚げうどん お浸し	ゆかり うどん、エビ、三つ葉、人参、ごぼう、ねぎ、小麦粉 きくな、鰹節、醤油、みりん、三温糖	おからクッキー HM、おから、豆乳、砂糖、油 ●牛乳
3	日					
4	月	本願寺遠足 きりん 体育あそび 身体測定	エース コイン	鱈のおろし煮 ひじきと高野豆腐の煮物 味噌汁	たら、片栗粉、大根、みりん、醤油、三温糖、酒 ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん、 <b>ごま油</b> 、醤油、三温糖、みりん さつま芋、えのき、青ねぎ、味噌	●ポパイケーキ HM、ほうれん草、牛乳、三温糖 ●牛乳
5	火	E~たいむ 身体測定	どうぶつ ビスケット	ゆかりご飯/肉じゃが 酢みそ和え 味噌汁	ゆかり/豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、しらたき、椎茸、いんげん、みりん、酒、三温糖、醤油 胡瓜、人参、ちくわ、白みそ、 <b>ごま</b> 、酢、三温糖 <b>麩</b> 、わかめ、青ねぎ、味噌	●コロッケ じゃが芋、合挽き肉、 <b>パン粉</b> 、 ●牛乳
6	水		アンパン マン せんべい	★三色丼 おなか和え すまし汁	鶏肉、生姜、いんげん、 <b>鰹糸卵</b> 、酒、みりん、三温糖、醤油 ほうれん草、白菜、人参、花かつお、みりん、三温糖、醤油 豆腐、えのき、みつば、醤油、塩、酒	●お麩ラスク <b>麩</b> 、マーガリン、砂糖 ●牛乳
7	木	アスパラガ ス ビスケット	●★ハンバーグ コールスローサラダ きのこスープ	合挽き肉、玉葱、牛乳、 <b>パン粉</b> 、卵、ケチャップ、ソース、三温糖 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン、酢、三温糖、醤油 しめじ、えのき、玉葱、コンソメ	玄米おにぎり 玄米、鮭、わかめ ●牛乳	
8	金	習字	ハーベスト	ハヤシライス ツナサラダ フルーツ	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、 <b>ルウ</b> 、トマトピューレ ツナ、胡瓜、キャベツ、大根、人参、酢、醤油、三温糖 <b>パイン缶</b>	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶、三温糖 ★● <b>パウムクーヘン</b>
9	土	家庭の日	ビスコ	炒飯 中華サラダ わかめスープ	豚肉、玉葱、人参、青ねぎ、醤油、中華だし、 <b>ごま油</b> もやし、胡瓜、人参、酢、三温糖、醤油、 <b>ごま油</b> わかめ、大根、醤油、中華だし、塩、酒	★● <b>どら焼き</b> HM、砂糖、小豆、卵、牛乳 ●牛乳
10	日					
11	月	体育あそび シーツ交換 いぬ	エース コイン	鯖の香味焼き 白和え 味噌汁	鯖、大葉、醤油、 <b>ごま</b> 、レモン果汁、酒、みりん、三温糖 ほうれん草、白菜、人参、椎茸、豆腐、こんにやく、三温糖、醤油、味噌、 <b>ごま</b> 大根、油揚げ、青ねぎ、味噌	★お好み焼き お好み焼き粉、豚肉、卵、キャベツ、青のり、鰹節、ソース ●牛乳
12	火	E~たいむ シーツ交換 くま	どうぶつ ビスケット	和風あんかけスパゲッティ ごま和え フルーツ	<b>スパゲッティ</b> 、鶏肉、玉葱、しめじ、えのき、醤油、酒、コンソメ、みりん、片栗粉、のり キャベツ、胡瓜、人参、 <b>ごま</b> 、みりん、三温糖、醤油 <b>黄桃缶</b>	中華おこわ ●牛乳
13	水	避難訓練 シーツ交換 りす	アンパン マン せんべい	●肉団子と野菜の甘酢あん ナムル ビーフンスープ	<b>肉団子</b> 、人参、玉葱、ピーマン、三温糖、ケチャップ、酢、みりん、片栗粉 もやし、人参、ほうれん草、 <b>ごま油</b> 、醤油、酢、三温糖 ビーフン、玉葱、椎茸、青梗菜、中華だし、醤油、酒、ごま油	●チーズトースト <b>食パン</b> 、チーズ、マーガリン ●牛乳
14	木	誕生会& がんばったね パーティ シーツ交換 うさぎ	アスパラガ ス ビスケット	チキンライス/ゼリー 鶏の唐揚げ/ ブロッコリー ポテトサラダ / クリームコーンのスープ 幼児のみ:エビフライ	ウインナー、玉葱、人参、いんげん、コンソメ、ケチャップ / ミニゼリー 鶏肉、片栗粉、醤油、生姜、酒、みりん / ブロッコリー、青じそドレ じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ、塩 / 玉葱、クリームコーン缶、中華だし、塩	★● <b>パースデイケーキ</b> スポンジ、豆乳ホイップ、パイン缶 みかん缶、 <b>チョコレート</b> ●牛乳
15	金	習字 シーツ交換 ひよこ	ハーベスト	豚肉とキャベツのみそ炒め 中華風酢の物 ★かき玉スープ	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、厚揚げ、味噌、三温糖、醤油 胡瓜、もやし、カニカマ、人参、酢、醤油、三温糖、 <b>ごま油</b> 卵、玉葱、わかめ、青ねぎ、中華だし、酒、醤油	フライドポテト フライドポテト、あおのり、塩 ●牛乳

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16	土		ビスコ	カレーピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、コンソメ、カレー粉 ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、酢、醤油、三温糖 玉葱、しめじ、コンソメ	大学芋 さつまいも、砂糖 ●牛乳
17	日					
18	月	体育あそび	エース コイン	鶏肉の甘辛揚げ マカロニサラダ 味噌汁	鶏肉、生姜、酒、片栗粉、三温糖、みりん、醤油、にんにく、 <b>ごま</b> <b>マカロニ</b> 、胡瓜、ツナ、人参、マヨドレ、塩 小松菜、キャベツ、青ねぎ、味噌	おはぎ もち米、小豆、きな粉、砂糖 ●牛乳
19	火	どうぶつ ビスケット		わかめご飯/筑前煮 切り干し大根の酢の物 味噌汁	わかめ/鶏肉、ごぼう、タケノコ、人参、蓮根、しらたき、椎茸、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油 切干大根、胡瓜、人参、 <b>カニカマ</b> 、酢、三温糖、醤油 しめじ、かぼちゃ、青ねぎ、味噌	●もちもちドーナツ HM、白玉粉、牛乳、砂糖 ●牛乳
20	水					
21	木	ぼかぼか遠 足 りす・いぬ・くま	アスパラガ ス ビスケット	鱈の唐揚げ/添野菜 ひじきとじゃこのサラダ 味噌汁	あじ、生姜、酒、醤油、三温糖、片栗粉 /ブロッコリー、青じそドレ キャベツ、赤ピーマン、ひじき、ちりめんじゃこ、酢、三温糖、醤油 油揚げ、豆腐、青ねぎ、味噌	●ココア蒸しパン HM、ココア、砂糖、牛乳 ●牛乳
22	金		ハーベスト	★●豆腐の松風焼き 平天と野菜の煮物 すまし汁	鶏ひき肉、豆腐、玉葱、卵、 <b>パン粉</b> 、牛乳、三温糖、味噌 平天、しらたき、人参、しいたけ、大根、いんげん、三温糖、醤油、みりん かまぼこ、えのき、青ねぎ、醤油、酒	アメリカンドック HM、ウインナー ●牛乳
23	土	家庭の日	ビスコ	焼きそば ブロッコリーのごま和え 味噌汁	焼きそば ブロッコリー、人参、 <b>ごま</b> 、みりん、醤油、三温糖 しめじ、わかめ、青ねぎ、味噌	★● <b>スイートブール</b> ロールパン、小麦粉、砂糖、卵、バター、 ●牛乳
24	日	修了式 (卒園式)				
25	月		エース コイン	ビビンバ ●揚げしゅうまい 春雨スープ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、醤油、にんにく、三温糖、 <b>ごま油</b> 、 <b>ごま</b> シュウマイの皮、鶏肉、玉葱、 <b>パン粉</b> 、キャベツ、 <b>ごま</b> 春雨、人参、椎茸、白ネギ、醤油、中華だし、塩	●プリン せんべい(ぼたぼた焼き) ●牛乳
26	火	どうぶつ ビスケット		豚丼 ひじき煮 味噌汁	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ、酒、醤油、三温糖、みりん 竹輪、ひじき、人参、しらたき、大豆、いんげん、三温糖、醤油、 キャベツ、もやし、青ねぎ、味噌	●きなこ揚げパン ロールパン、きな粉、砂糖 ●牛乳
27	水		アンパン マン せんべい	●鮭のあけぼの焼き 磯和え 豚汁	鮭、人参、マヨドレ、 <b>粉チーズ</b> 白菜、ほうれん草、人参、のり、醤油、みりん、三温糖 豚肉、大根、ごぼう、人参、さつま芋、青ねぎ、味噌	かやくご飯 ●牛乳
28	木	3学期 最終日	アスパラガ ス ビスケット	ポークカレー シーフードサラダ ●ヨーグルト	豚肉、人参、玉葱、じゃが芋、 <b>ルウ</b> えび、いか、胡瓜、キャベツ、酢、醤油、三温糖 <b>ヨーグルト</b> 、砂糖	●いちごマフィン HM、バター、砂糖、牛乳、いちごジャム、クリームチーズ ●牛乳
29	金	新学期準備				
30	土		ビスコ	チキンピラフ グリーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、コンソメ ブロッコリー、胡瓜、コーン、キャベツ、酢、三温糖、醤油 玉葱、人参、じゃが芋、コンソメ	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、コンフレック、チョコレート ●牛乳
31	日					

■食材の仕入れ状況により、献立が変更になることがあります。

■乳児は朝おやつ時に牛乳を、幼児(くま組、いぬ組)は給食の人数により、給食の時間にも牛乳を飲んでい

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
平均	594	19.9	17.1	238	2.3	196	0.39	0.40	18	4.0	1.8
基準	630	23.6	17.5	232	2.1	184	0.28	0.32	16		1.7