



3月予定および献立表



2026年02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	献立	材料	おやつ
1	日				
2	月	身体測定	鯖のさっぱり煮 切干大根煮 みそ汁	さば 生姜、三温糖、醤油、酢、酒 切干大根 人参 平天 しらたき いんげん、みりん、三温糖、醤油 さつまいも 玉ねぎ 青ねぎ、みそ	●きなこ揚げパン ●ロールパン、きな粉、砂糖 ●牛乳
3	火	ひなまつり E~たいむ お習字(きりん) 身体測定	★ちらし寿司 そぼろ煮 すまし汁	ちりめんじゃこ 蓮根 人参 干椎茸 高野豆腐 桜でんぶ 鰯糸粥 絹さや、酢、三温糖、塩 鶏ミンチ 南瓜 じゃが芋 人参 いんげん、みりん、三温糖、醤油、片栗粉 てまり麩 えのき 三つ葉、醤油、塩、酒	●ひし餅サンド ●食パン、いちごジャム、 豆乳ホイップ、キウイ、いちご ●牛乳
4	水	体育あそび	★●パン / フルーツ ●パンキンシチュー じゃこことひじきのサラダ	パン / みかん 鶏肉 玉ねぎ 人参 南瓜 しめじ 牛乳 ルウ キャベツ きゅうり ちりめんじゃこ ひじき パプリカ、酢、三温糖、醤油	フライドポテト じゃが芋、塩 ●牛乳
5	木		●ミートソーススパゲティ 大根サラダ ゼリー	スパゲティ 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 トマト缶 片栗粉 バター キャベツ きゅうり 大根 ツナ 人参、酢、三温糖、醤油 ミニゼリー	おはぎ もち米、小豆、きな粉、砂糖 ●牛乳
6	金	内科検診 お習字 (きりん)	牛肉と根菜の韓国風煮 ナムル 白菜のどろろスープ	牛肉 大根 人参 筍 ごぼう 蓮根 いんげん、 青ねぎ、生姜、ごま、醤油、三温糖、ごま油 ほうれん草 もやし 人参、ごま油、醤油、三温糖、ごま 白菜 ちくわ 青梗菜 生姜、鶏がら、酒、醤油、塩、ごま油、片栗粉	●もちもちドーナツ HM、白玉粉、牛乳、砂糖 ●牛乳
7	土		●チキンライス ブロッコリーサラダ きのこスープ	鶏肉 人参 玉ねぎ いんげん、バター、コンソメ、ケチャップ、塩 ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン、酢、三温糖、醤油 しめじ えのき 玉ねぎ、コンソメ、塩	●スノーボールクッキー ●薄力粉、片栗粉、砂糖、バター ●牛乳
8	日				
9	月	本願寺遠足 (きりん) シーツ交換 (いぬ)	鶏肉のヤンニウム風/付野菜 コーンサラダ ★わかたま汁	鶏肉、片栗粉、にんにく、ケチャップ、醤油、みりん、三温糖、ごま / ブロッコリー、青じそドレ キャベツ きゅうり コーン 人参、酢、三温糖、醤油 卵 わかめ 青ねぎ、醤油、塩、酒	★●オレンジケーキ HM、バター、砂糖、卵、 牛乳、マーマレード、BP ●牛乳
10	火	E~たいむ シーツ交換 (くま)	ブルコギ炒め ばんさんすう サムゲタン風スープ	豚肉 玉ねぎ 人参 春雨 青梗菜、生姜、鶏がら、みりん、醤油、三温糖、ごま油 もやし 人参 きゅうり かにかま、酢、三温糖、醤油、ごま油 鶏肉 大根 白ねぎ 干し椎茸 もち米 生姜、鶏がら、塩	中華おこわ もち米、鶏肉、干し椎茸、人参、 鶏がら、醤油、ごま油 ●牛乳
11	水	体育あそび シーツ交換 (りす)	★●パン / ●チーズ 根菜と豆のカレースープ ハムサラダ	パン / チーズ 豚肉 人参 大豆 玉ねぎ じゃが芋 ルウ、コンソメ、鶏がら ハム、キャベツ、きゅうり、酢、三温糖、醤油	さつまいも、小豆、塩、砂糖 ●牛乳
12	木	誕生会 シーツ交換 (うさぎ)	●ピラフ / クリームコンスープ / ゼリー 鶏の唐揚げ / フライドポテト 幼のみ: チキンナゲット / ツナサラダ / ブロッコリー	ウインナー、玉葱、人参、いんげん、バター、コンソメ / クリームコーン、玉葱、青ねぎ、鶏がら、醤油 / ミニゼリー 鶏肉、片栗粉、生姜、醤油、みりん、酒 / フライドポテト、塩 チキンナゲット、ケチャップ / ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、 酢、三温糖、醤油 / ブロッコリー、青じそドレ	★●バースディケーキ ●スポンジケーキ、豆乳ホイップ、砂糖、 みかん缶、バイン缶、いちごジャム ●牛乳
13	金	新沢としひこさん コンサート(きりん) シーツ交換 (ひよこ)	豆乳担々麺 ●揚げしゅうまい フルーツ	中華麺 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 大豆 青梗菜、生姜、にんにく、 練りごま 豆乳、醤油、鶏がら、三温糖、片栗粉、ごま油 しゅうまいの皮、鶏肉、玉ねぎ、ごま、キャベツ バナナ	夕焼けおにぎり ちりめん、人参、醤油、みりん ●牛乳
14	土	家庭の日	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉 玉ねぎ 人参 青ねぎ、醤油、鶏がら、ごま油 ささみ きゅうり もやし わかめ、酢、醤油、三温糖、ごま油 大根 コーン、青ねぎ、鶏がら、醤油、塩	★●どら焼き HM、砂糖、卵、牛乳、小豆 ●牛乳
15	日				

- ・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。
- ・アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ・ひよこ組にはチョコレート(ココア含む)の提供はありません。ココア、チョコレートは除去になります。

月曜日: エースコイン
火曜日: ハーベスト
水曜日: アンパンマンせんべい

木曜日: アスバラガスビスケット
金曜日: どうぶつビスケット
土曜日: ビスコ



日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月	お習字・午後 (きりん)	●タンダーチキン / 付野菜 ポテトサラダ みそ汁	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、醤油、ケチャップ / ブロッコリー、ボン酢 じゃがいも、きゅうり、人参、ツナ、マヨドレ 油揚げ、ほうれん草、青ねぎ、みそ	●お麩ラスク お麩、バター、砂糖 ●牛乳
17	火		豚肉のしょうが焼き 切干大根の酢の物 みそ汁	豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ、ピーマン、酒、醤油、三温糖、みりん 切干大根 きゅうり ちりめんじゃこ 人参、酢、三温糖、醤油 白菜 油揚げ 青ねぎ、みそ	●シナモントースト ●食パン、マーガリン、シナモン、砂糖 ●牛乳
18	水	体育あそび	あんかけうどん 平天と野菜の煮物 ●チーズ	うどん 鶏肉 白菜 油揚げ 人参 干椎茸 青ねぎ、みりん、醤油、酒、片栗粉 平天 じゃが芋 人参 大根 いんげん、 しらたき、みりん、三温糖、醤油 チーズ	玄米鮭わかめおにぎり 玄米、鮭、わかめご飯の素 ●牛乳
19	木		★●てりやきハンバーグ かにかまサラダ みそ汁	合挽ミンチ 玉ねぎ パン粉 牛乳 卵、酒、三温糖、醤油、みりん キャベツ かにかま きゅうり 人参、酢、三温糖、醤油 南瓜 もやし 青ねぎ、みそ	●ココア蒸しパン HM、牛乳、バター、ココア、砂糖 ひよこ組: ココア除去蒸しパン ●牛乳
20	祝				
21	土	修了式			
22	日				
23	月	ぼかぼか遠足 (いぬ・くま)	鯖の西京焼き/付野菜 磯和え すまし汁	さわかみ、みそ、三温糖、みりん、酒 / 南瓜 ほうれん草 白菜 人参 のり、醤油、みりん、三温糖 豆腐 かまぼこ えのき 青ねぎ、酒、塩、醤油	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、 コーンフレーク、チョコレート 乳児: チョコレート除去 ●牛乳
24	火	E~たいむ (いぬ・くま) ぼかぼか遠足 (りす)	鶏肉のさつま揚げ 蒸し鶏と南瓜のごまサラダ みそ汁	さば水煮缶 豆腐 人参 生姜 小麦粉、三温糖、酒、醤油、塩 ささみ 南瓜 ブロッコリー きゅうり 人参 ごま、ごま油、酢、醤油、三温糖 しめじ 小松菜、青ねぎ、みそ	●クリームあんぱん ロールパン、小豆、豆乳ホイップ、砂糖 ●牛乳
25	水		★●パン / フルーツ チキンのトマト煮 コールスローサラダ	パン / 黄桃缶 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく、コンソメ、塩、三温糖 キャベツ きゅうり コーン、人参、レーズン、酢、醤油、三温糖	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、フルーツミックス缶、バナナ、砂糖 ★●パウムクーヘン
26	木		●肉団子の甘酢あん/付野菜 マカロニサラダ みそ汁	肉団子、ケチャップ、三温糖、酢、酒、片栗粉 / ブロッコリー、青じそドレ マカロニ きゅうり 人参 コーン ツナ マヨドレ キャベツ 厚揚げ 青ねぎ、みそ	幼: いなり寿司 乳: いなりおにぎり 油揚げ、みりん、三温糖、醤油、 酢、みりん、じゃこ、ごま ●牛乳
27	金		鯛のおろしあん 胡麻和え みそ汁	たら、片栗粉、大根、みりん、醤油、三温糖 キャベツ、ほうれん草、人参、竹輪、ごま、みりん、三温糖、醤油 南瓜、しめじ、青ねぎ、みそ	●マシュマロおこし マシュマロ、コーンフレーク、 フルグラ、バター ●牛乳
28	土	家庭の日	豚丼 お浸し みそ汁	豚肉 玉ねぎ しらたき 青ねぎ 酒、みりん、三温糖、醤油 ほうれん草 白菜 人参、みりん、三温糖、醤油 わかめ 豆腐 青ねぎ、みそ	★●チーズホットケーキ HM、チーズ、卵、牛乳、バター ●牛乳
29	日				
30	月	3学期終了	チキンカレー(玄米ご飯) キャベツとパインのサラダ ヨーグルト	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ルウ キャベツ きゅうり バイン缶 レーズン、酢、三温糖、醤油 ヨーグルト、砂糖	フルーツゼリー ぶどうジュース、アガー、砂糖、 フルーツミックス缶 クラッカー ●牛乳
31	火	保育協力日			

今月の一人当たりの栄養素(3才以上)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (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 (g)	
平均	583	20.0	18.6	237	2.1	217	0.31	0.40	24	4.4	1.6
基準値	511	23.0	15.0	231	2.2	184	0.28	0.32	20	0.0	1.4