



3月予定および献立表



2026年02月20日
くるみ敬愛保育園

乳児クラスでは10時頃に朝のおやつ(せんべい等)を提供しています。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 日				
2 月	ひな祭り Jリーグアカデミー (いぬ・きりん)	★ちらしずし 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 鮭糸卵 絹さや 鶏ミンチ 南瓜 じゃが芋 人参 いんげん てまり麩 えのき 三つ葉	★●ひなタルト ひなあられ ●牛乳
3 火	E~たいむ(幼児) keiaiサッカー フェスティバル (きりん)	●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 小麦粉 パター キャベツ きゅうり 大根 ツナ 人参 ゼリー	おはぎ ●牛乳
4 水	体育あそび(幼児)	●パン / フルーツ ●パンプキンシチュー じゃ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	フライドポテト ●牛乳
5 木	習字(きりん)	バーベキューチキン/付野菜 ★●ポテトサラダ みそ汁	鶏肉 生姜 にんにく / ブロッコリー じゃが芋 きゅうり 人参 ハム マヨネーズ ほうれん草 油揚げ	★●オレンジケーキ ●牛乳
6 金	避難訓練	鯖のソース煮 / 付野菜 切干大根煮 みそ汁	さば 生姜 / ほうれん草 切干大根 人参 平天 しらたき いんげん さつま芋 玉ねぎ ねぎ	●きなこ揚げパン ●牛乳
7 土	茨木サッカー フェスティバル (きりん)	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉 玉ねぎ 人参 ねぎ ささみ きゅうり もやし わかめ 大根 コーン	★●どら焼き ●牛乳
8 日				
9 月	本願寺遠足 (きりん)	鶏肉のヤンニョム風/付野菜 コーンサラダ ★かきたま汁	鶏肉 にんにく ごま / ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン 人参 卵 わかめ ねぎ	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳
10 火	E~たいむ(幼児)	●パン / ●チーズ 根菜と豆のカレースープ ツナサラダ	パン / チーズ 豚肉 人参 大豆 玉ねぎ じゃが芋 ルウ キャベツ ツナ きゅうり 人参 コーン	中華おこわ ●牛乳
11 水	マラソン大会(幼児) シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	鱈のおろし煮 ごま和え みそ汁	たら 大根 ほうれん草 キャベツ 人参 ちくわ ごま しめじ 南瓜 ねぎ	さつま芋ぜんざい ●牛乳
12 木	習字(きりん) シーツ交換 (りす・いぬ)	プルコギ炒め 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 もやし 人参 きゅうり かにかま 鶏肉 大根 白ねぎ 椎茸 もち米 生姜	●マシュマロおこし ●牛乳
13 金	コンサート鑑賞 (きりん)	★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 卵 キャベツ かにかま きゅうり 人参 じゃが芋 もやし ねぎ	●もちもちドーナツ ●牛乳
14 土	幼児弁当日 園庭解放 (10:00~15:00)	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 ピーマン ブロッコリー きゅうり コーン しめじ えのき 玉ねぎ	●スノーボールクッキー ●牛乳
15 日				

- は乳、★は卵を使用している献立です。園で使用しているハムは卵が含まれます
- 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。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
16 月	誕生会 & がんばったね パーティー	鮭ご飯 / ●焼きそば 鶏の唐揚げ/ポテト/ナゲット ブロッコリー/フルーツ	さけフレーク / 中華麺 豚肉 キャベツ ちくわ 人参 ウインナー 鶏肉 生姜 / ポテト / ナゲット ブロッコリー / バナナ 黄桃缶 いちご	★●パースディケーキ ●牛乳
17 火	E~たいむ(幼児)	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 切干大根 きゅうり ちりめんじゃこ 人参 白菜 油揚げ ねぎ	●ココア蒸しパン ●牛乳
18 水	体育あそび(幼児)	鯖缶のさつま揚げ 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 ささみ 南瓜 ブロッコリー きゅうり 人参 ごま しめじ 小松菜	●シナモントースト ●牛乳
19 木		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 ねぎ 平天 じゃが芋 人参 大根 いんげん チーズ	玄米鮭おにぎり ●牛乳
20 祝	修了式			
21 土		カレーピラフ グリーンサラダ オニオンスープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 いんげん キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ しめじ コーン	●ポテトアップルパイ ●牛乳
22 日				
23 月		鯖の西京焼き/付野菜 磯和え すまし汁	さわら / 南瓜 ほうれん草 白菜 人参 のり 豆腐 かまぼこ えのき ねぎ	●豆乳ホイップあんぱん ●牛乳
24 火	ぼかぼか遠足 (りす・くま・いぬ)	牛肉と根菜の韓国風煮 ナムル 白菜のとろろスープ	牛肉 大根 人参 筍 ごぼう 蓮根 いんげん ほうれん草 もやし 人参 白菜 ちくわ 青梗菜 生姜	●シリアルクッキー ●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 キャベツ きゅうり コーン パプリカ レーズン	いなり寿司 ●牛乳
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 / ブロッコリー マカロニ きゅうり 人参 コーン ツナ マヨネーズ キャベツ 厚揚げ ねぎ	●フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
27 金		豆乳担々麺 ●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 ごま 豆乳 しゅうまい バナナ	夕焼けおにぎり ●牛乳
28 土	幼児弁当日 園庭解放 (10:00~15:00)	豚丼 お浸し みそ汁	豚肉 玉ねぎ しらたき ねぎ ほうれん草 白菜 人参 わかめ 豆腐 ねぎ	★●チーズホットケーキ ●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 ゼリー	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ルウ キャベツ きゅうり パイン缶 レーズン ゼリー	●お麩ラスク ●牛乳
31 火	保育協力日	けんちんうどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ	うどん 鶏肉 人参 大根 干椎茸 油揚げ こんにゃく ねぎ ブロッコリー 人参 花かつお りんご	★●カステラ ●牛乳

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)
基準	627	23.5	17.4	250	2.3	200	0.32	0.36	23	3.6	1.6
平均	622	22.9	19.7	236	2.1	215	0.36	0.44	25	3.4	1.6