

3月予定および献立表

2026年2月20日

敬愛ルンビニ西中条

●は乳、★は卵を使用している献立です

日	曜日	献立	材料	おやつ
1	日			
2	月	●タンダリーチキン ●★切り干し大根サラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ブロccoli ハム、切り干し大根、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ しめじ、油揚げ	●プリン クラッカー ●牛乳
3	火	ひなまつり ★ちらし寿司 ポン酢和え すまし汁	鶏肉、人参、蓮根、竹輪、高野豆腐、干椎茸、海苔、絹さや、 鰯糸卵 小松菜、白菜、人参、かまぼこ えのき茸、豆腐、三つ葉	●★フルーツタルト 雛あられ ●牛乳
4	水	豚肉のブルコギ炒め 中華風酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、青梗菜、春雨 かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり さつまいも、油揚げ、ほうれん草	●おからクッキー ●牛乳
5	木	鮭の西京焼き じゃこサラダ ワントンスープ	鮭 ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、白菜、にら、干椎茸、餃子の皮	●シナモン揚げパン ●牛乳
6	金	シーツ交換 ●クリームスパゲティ ツナサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ほうれん草、 牛乳 、ルウ、スパゲティ ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン オレンジ	だしシャカポテト ●牛乳
7	土	カレーピラフ グリーンサラダ きのこスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン キャベツ、ブロッコリー、コーン、人参 しめじ、わかめ	●パイナップルケーキ ●牛乳
8	日			
9	月	鶏肉のマーマレード焼き 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、マーマレード ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、きゅうり、人参 豆腐、わかめ、小松菜	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
10	火	豚肉の生姜焼き 切り干し大根の酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 かにかまぼこ、きゅうり、人参、切り干し大根 キャベツ、油揚げ	おひさまゼリー せんべい ●牛乳
11	水	お誕生会 ●★お楽しみ給食	パン、おにぎり、鶏肉、 ウインナー 、海老焼売、ブロッコリー きゅうり、人参、コーン、ツナ、マヨドレ、玉ねぎ、ベーコン じゃがいも、しめじ、えのき茸、ゼリー、黄桃、いちご	●★バームクーヘン ●牛乳
12	木	鱈の香味焼き ●★春雨サラダ サムゲタンスープ	あじ ハム、もやし、人参、きゅうり、春雨 鶏肉、大根、白菜、椎茸、白ねぎ、もち米	●青のりトースト ●牛乳
13	金	ゆかりご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 おかか和え	ゆかり しめじ、大根 豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、人参、竹輪	豆腐のさつま揚げ風と おからナゲット ●牛乳
14	土	チキンライス コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、いんげん キャベツ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ わかめ、豆腐	●お麩ラスク ●牛乳
15	日			

今月の一人当たりの栄養素

	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B1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	513	19.2	14.3	200	2	0.2	0.25	20	3.6	1.5
平均	533	19.3	16.3	248	2	0.37	0.42	21	4	1.5

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月	ぼかぼかピクニック	わかめラーメン 中華サラダ フルーツ	豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、わかめ、かまぼこ、コーン、中華麺 ブロッコリー、きゅうり、コーン 黄桃	●コロッケ ●牛乳
17	火	避難訓練	バーベキューチキン ひじき煮 味噌汁	鶏肉 キャベツ、ゆかり ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん 玉ねぎ、えのき茸、ほうれん草	●★カレーマヨトースト ●牛乳
18	水		鯖の塩焼き ごま和え 豚汁	鯖 ほうれん草、白菜、人参、竹輪 豚肉、大根、人参、さつまいも、ごぼう、ねぎ	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
19	木	シーツ交換	豚肉と根菜の韓国風煮 ●★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、大根、人参、厚揚げ、蒟蒻、ごぼう ハム、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ キャベツ、しめじ、小松菜	●★レアチーズケーキ ●牛乳
20	金	春分の日			
21	土		ミートスパゲティ コーンサラダ フルーツ	合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト缶、スパゲティ キャベツ、きゅうり、人参、コーン オレンジ	おはぎ ●牛乳
22	日				
23	月		中華風ローストチキン ●★ひじきマヨサラダ 味噌汁 フルーツ	鶏肉 ハム、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ 豆腐、わかめ、小松菜 パイン缶	マカロニきなこ ●牛乳
24	火	中穂積敬愛保育園 誕生会(りす組)	たらの唐揚げ カニカマサラダ サンラータン	たら かにかまぼこ、キャベツ、大根、人参、きゅうり、コーン 豚肉、白菜、人参、干椎茸、春雨、ねぎ	●ジャムパン ●牛乳
25	水		豚肉のオイスターソテー ●★ばんさんずう 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ハム、もやし、きゅうり、人参、 鰯糸卵 油揚げ、えのき茸、ほうれん草	●マシュマロおこし ●牛乳
26	木		鶏肉のレモンソース 白和え 味噌汁	鶏肉 ほうれん草、白菜、人参、豆腐、蒟蒻、椎茸 大根、しめじ	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳
27	金		●★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 オレンジ 鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、かぼちゃ、しめじ、 牛乳 、ルウ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン	さつまいもスティック ●牛乳
28	土	お別れ会 (りす組)	豆腐ハンバーグ 胡麻和え わかめスープ	鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、パン粉 ほうれん草、白菜、人参 わかめ、コーン	●スノーボールクッキー ●牛乳
29	日				
30	月	終業式	チキンカレー フルーツサラダ ●チーズ	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、みかん缶、レーズン チーズ	●きなこ揚げパン ●牛乳
31	火	保育協力日	豚丼 酢の物 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根、わかめ 豆腐、えのき茸	せんべい ●牛乳

乳児クラスは朝おやつとしてせんべい、クッキーなどを提供しています。

アレルギー対応されているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れてください。

マヨドレは特定8品目不使用のものを使用しています。

献立内容は、仕入れ状況等により変更する場合があります。