



### 3月予定および献立表



2026年02月20日

けいあいルンピニ五月が丘

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	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1	日					
2	月		クラッカー	照り焼き / 付野菜 切干大根煮 みそ汁	鶏肉 / 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	★●スナックパン ●牛乳
3	火	ひな祭り	せんべい	★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 鱈糸卵 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	★●いちごケーキ ひなあられ ●牛乳
4	水		満月ボン	●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	だししゃかポテト ●牛乳
5	木		アスバラガス ビスケット	鯖のソース煮/付野菜 磯和え みそ汁	鯖 ソース しょうが / ブロッコリー ほうれん草 白菜 人参 のり キャベツ 厚揚げ ねぎ	●フルーツヨーグルト ★●パウムクーヘン
6	金		ビスケット	きのこあんかけスパゲティ 大根サラダ ゼリー	スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ しめじ えのき 椎茸 ほうれん草 キャベツ きゅうり 大根 ツナ 人参 ゼリー	おにぎり(こんぶ) ●牛乳
7	土		ビスコ	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
8	日					
9	月		クラッカー	鮭の西京焼き/付野菜 ★マカロニサラダ すまし汁	さけ / 南瓜 マカロニ きゅうり 人参 ハム マヨネーズ 豆腐 かまぼこ えのき ねぎ	●揚げパン ●牛乳
10	火		せんべい	●パン / ●チーズ ●豆乳カレースープ ツナサラダ	パン / チーズ ウインナー 人参 玉ねぎ じゃが芋 ルウ 豆乳 キャベツ ツナ きゅうり 人参 コーン	中華おこわ ●牛乳
11	水		満月ボン	牛肉と根菜の韓国風煮 切干大根の酢の物 ★コーンと卵のスープ	牛肉 大根 人参 タケノコ ごぼう 蓮根 いんげん 切干大根 きゅうり カニカマ 人参 とうもろこし 卵 ねぎ	●とうふドーナツ ●牛乳
12	木	誕生会 シート交換	アスバラガス ビスケット	★●手作りハンバーガー フライドポテト/ナゲット ミネストローネ/ ジュース	パン 合挽肉 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ チーズ ポテトフライ / チキンナゲット / りんごジュース ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大豆 ほうれん草	★●バースデーケーキ ●牛乳
13	金		ビスケット	●ハヤシライス パインサラダ ゼリー	牛肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム デミグラスソース バター キャベツ 胡瓜 パイン レーズン ミニゼリー	★●ミルクパン ●牛乳
14	土		ビスコ	焼きそば ごま和え みそ汁	中華そば 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン ソース ブロッコリー 人参 ごま えのき じゃが芋	せんべい・ゼリー ●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・乳が含まれます
- 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で、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	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16	月	避難訓練	クラッカー	肉団子の甘酢あん ナムル 白菜トトロスープ	肉団子 / ブロッコリー ほうれん草 もやし 人参 ごま油 ごま 白菜 チンゲン菜 人参 ちくわ	★●カステラ ●牛乳
17	火		せんべい	豚肉のしょうが焼き ★●ポテトサラダ みそ汁	豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 キャベツ 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 ねぎ	●ジャムサンド ●牛乳
18	水		満月ボン	豆乳担々麺 切干大根のごま和え 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 切り干大根 ほうれん草 人参 ちりめんじゃこ バナナ	いなり寿司 ●牛乳
19	木		アスバラガス ビスケット	●タンダーリーチキン/付野菜 ★●ひじきマヨサラダ コンソメスープ	鶏肉 ヨーグルト カレー粉 ケチャップ / ブロッコリー キャベツ 人参 胡瓜 コーン ハム マヨネーズ 玉ねぎ ほうれん草	ふかし芋 ●牛乳
20	祝	春分の日				
21	土	りす組お別れの会				
22	日					
23	月		クラッカー	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 とうふ ねぎ	フルーツゼリー ●ミレービスケット ●牛乳
24	火		せんべい	けんちんうどん ちくわと南瓜の天ぷら ●チーズ	うどん 鶏肉 人参 大根 干椎茸 油揚げ こんにやく ねぎ ちくわ 青のり 南瓜 チーズ	鮭わかめおにぎり ●牛乳
25	水		満月ボン	鯖のさつま揚げ 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	●チーズサンド ●牛乳
26	木		アスバラガス ビスケット	●パン / フルーツ ●クリームシチュー じゃことひじきのサラダ	パン / りんご 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 米粉 牛乳 パ キャベツ きゅうり ちりめんじゃこ ひじき パプリカ	大学芋 ●牛乳
27	金		ビスケット	★●豆腐の松風焼き かにかまサラダ みそ汁	鶏肉 豆腐 玉ねぎ パン粉 牛乳 卵 ごま キャベツ かにかま きゅうり 人参 南瓜 もやし ねぎ	★●オレンジケーキ ●牛乳
28	土		ビスコ	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	●ビスケット・フルーツ ●牛乳
29	日					
30	月	3学期終了	クラッカー	●チキンカレー ★●かみかみサラダ ●ヨーグルト	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ルウ ごぼう 人参 きゅうり ツナ ごま マヨネーズ ヨーグルト	●マンシュマロおこし ●牛乳
31	火	保育協力日				

#### 今月の1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	526	19.7	14.6	200	2.3	180	0.25	0.28	18	3.5	1.5
平均	530	17.3	16	234	2.1	179	0.32	0.37	23	4.2	1.5