

3月 幼児食献立表



令和6年3月
幼保連携型認定こども園
神戸女子大学附属高倉台幼稚園

日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類</small>	“熱・力” の元になる食品 <small>穀類・油脂類・砂糖類・芋類</small>	“体調” を整える食品 <small>野菜類・海藻類・くだもの類</small>	調味料	エネルギー
1 (金) お祝い遠足	おにぎり持参 🍙					
2 (土)	三色丼 なすのみそ汁 りんご ヨーグルト	鶏ひき肉・卵 油揚げ・味噌 ヨーグルト	米・砂糖	いんげん・玉葱 なす・青葱 りんご	淡口醤油 鰹・昆布だし 塩	520 kcal
4 (月)	【ひなまつりメニュー】 ちらし寿司 ちくわの磯辺揚げ 菜の花のお浸し 花麩のすまし汁	卵・高野豆腐 ちくわ 油揚げ	米・砂糖・油 てんぷら粉・油 砂糖 花麩・そうめん	干し椎茸・人参・絹さや・刻みのり 青のり 菜の花・キャベツ・人参・コーン 三つ葉・たけのこ・しめじ	淡口醤油 酢 淡口醤油 鰹・昆布だし 淡口醤油・塩	530 kcal
5 (火)	ごはん お好み焼き もやし・塩昆布和え りんご ヨーグルト	豚ばら肉・ちくわ・かつお粉 鶏ささみ肉 ヨーグルト	米 お好み焼き粉・お好み焼きソース・マヨドレ 砂糖 ヨーグルト	キャベツ・青葱 もやし・小松菜・人参・塩昆布 りんご	淡口醤油 塩	550 kcal
6 (水)	誕生会 ひなまつりケーキ おにぎり 🍙 とフォーク持参					
7 (木)	ごはん 鮭の味噌味噌焼き 大根と水菜のサラダ オレンジ キャンディチーズ コッペパン	鮭・白味噌 チーズ	米 酒・砂糖・練り胡麻 砂糖 コッペパン	大根・水菜・人参・コーン・ひじき オレンジ	淡口醤油 淡口醤油	390 kcal
8 (金)	ハンバーグ ジャーマンポテト バナナ 牛乳	豚ひき肉・牛ひき肉・高野豆腐 ウインナー 牛乳	じゃがいも	玉葱・人参・トマトケチャップ パセリ バナナ	コンソメ コンソメ	560 kcal
9 (土)	焼きそば 中華風かきたまスープ オレンジ ヨーグルト	豚もも肉 卵 ヨーグルト	焼きそば麺・焼きそばソース	キャベツ・人参 椎茸・青葱 オレンジ	中華あじ	460 kcal
11 (月) 弁当箱	【あじさい組リクエスト献立】 鯖のバーベキューソース 春雨のバリバリサラダ りんご	鯖	米(鮭・わかめ) 酒・砂糖・油 春雨・ワンタンの皮・砂糖	玉葱・生姜・にんにく 小松菜・人参・ひじき・コーン りんご	淡口醤油 酢 淡口醤油 塩	450 kcal
12 (火)	カレーライス もやしのサラダ オレンジ 牛乳	牛もも肉 大豆 牛乳	米・じゃがいも・カレールー フレンチドレッシング	玉葱・人参・エリンギ もやし・水菜・人参 オレンジ	コンソメ	550 kcal
13 (水) 弁当箱	【ばら組リクエスト献立】 から揚げ キャベツと卵のサラダ バナナ	鶏もも肉 卵	米(鮭・わかめ) 米粉・片栗粉・油 和風胡麻ドレッシング	生姜 キャベツ・人参・ほうれん草 バナナ	淡口醤油	500 kcal
14 (木)	【お子さまランチ】 ナポリタン 揚げ春巻き ツナとブロッコリーのサラダ フルーツポンチ	ウインナー 春巻き ツナ	スパゲティ・オリーブ油・砂糖 油 マヨドレ	玉葱・ピーマン・トマトケチャップ・ホールトマト ブロッコリー・もやし・人参・コーン いちご・みかん缶・バナナ	コンソメ	590 kcal
15 (金) 午前保育	麻婆豆腐丼 小松菜のサラダ りんご ヨーグルト	木綿豆腐・豚ひき肉・赤味噌・高野豆腐 卵 ヨーグルト	米・砂糖・片栗粉・油 胡麻ドレッシング	玉葱・人参・生姜・干し椎茸・青葱 小松菜・キャベツ・人参・ひじき りんご	中華あじ 淡口醤油 塩	610 kcal
16 (土) 修了式	シーフードピラフ ほうれん草のソテー バナナ 牛乳	えび・ツナ 卵 牛乳	米 油	玉葱・人参・いんげん ほうれん草・人参 バナナ	コンソメ コンソメ	450 kcal

18 (月) 弁当箱	【おにぎり給食】		米(ゆかり・青菜)			
	鯖の西京焼き 豆腐サラダ りんご	鯖・白味噌 豆腐	酒・砂糖 胡麻ドレッシング	ほうれん草・キャベツ・人参 りんご	淡口醤油 塩	390 kcal
19 (火) 終業式	親子丼	鶏もも肉・卵	米・砂糖	玉葱・三つ葉	鰹・昆布だし 淡口醤油	450 kcal
	さつまいものみそ汁	味噌・厚揚げ	さつまいも	えのき・青葱	鰹・昆布だし	
	オレンジ キャンディチーズ	チーズ		オレンジ		
20 (水)	春分の日					
21 (木)	ごはん		米			370 kcal
	ナイルパーチのフライ 高野豆腐のサラダ カレーポテト	ナイルパーチ 高野豆腐・ハム	酒・マヨドレ・米粉・パン粉・油 マヨドレ		淡口醤油 淡口醤油	
22 (金)	ハヤシライス	牛もも肉	米・ハヤシルウ・砂糖	玉葱・人参・しめじ・トマトケチャップ	コンソメ	470 kcal
	カラフルサラダ	チーズ	和風胡麻ドレッシング	キャベツ・人参・きゅうり・コーン		
	バナナ ヨーグルト	ヨーグルト		バナナ		
23 (土)	トマトスパゲッティ	鶏もも肉	スパゲティ・砂糖	玉葱・ピーマン・トマトケチャップ	コンソメ	470 kcal
	ブロッコリーのサラダ	卵	フレンチドレッシング	ブロッコリー・人参		
	りんご 牛乳	牛乳		りんご	塩	
25 (月)	ごはん		米			330 kcal
	赤魚の煮付け ほうれん草の胡麻和え きのこのみそ汁	赤魚	酒・砂糖 練り胡麻・胡麻・砂糖	生姜 ほうれん草・人参・もやし	淡口醤油 淡口醤油	
		木綿豆腐・味噌		えのき・椎茸・わかめ	鰹・昆布だし	
26 (火)	ごはん		米			500 kcal
	中華風卵焼き	卵・鶏ひき肉	砂糖	切り干し大根・人参・干し椎茸	中華あじ 濃口醤油	
	水菜のサラダ	大豆	砂糖	水菜・人参・ひじき・コーン	淡口醤油 酢	
	りんご キャンディチーズ	チーズ		りんご	塩	
27 (水)	ツナと小松菜の和風パスタ	ツナ	スパゲティ・オリーブ油	玉葱・小松菜	コンソメ	460 kcal
	ポトフスープ	鶏もも肉	じゃがいも	しめじ・人参・キャベツ	コンソメ	
	バナナ 牛乳	牛乳		バナナ		
28 (木)	ごはん		米			470 kcal
	チンジャオロース	牛もも肉	砂糖	ピーマン・玉葱・たけのこ	中華あじ 濃口醤油	
	卵サラダ	卵・厚揚げ	砂糖	もやし・ほうれん草・えのき	淡口醤油	
	中華スープ 豆腐 ヨーグルト	豆腐 ヨーグルト		えのき・青葱	中華あじ	
29 (金)	ごはん		米			450 kcal
	ホキの竜田揚げ	ホキ	酒・片栗粉	生姜	淡口醤油	
	切り干し大根のサラダ けんちん汁	ツナ 豚もも肉・大豆	マヨドレ	切り干し大根・キャベツ・人参 大根・人参・玉葱・青葱	淡口醤油 鰹・昆布だし 淡口醤油 塩	
30 (土)	鶏そぼろ丼	鶏ひき肉・卵	米・砂糖	青葱	淡口醤油	400 kcal
	じゃがいものみそ汁	味噌	じゃがいも	小松菜	鰹・昆布だし	
	オレンジ			オレンジ		
	ヨーグルト	ヨーグルト				

〔給食室からのお知らせ〕

- 11日(月)、13日(水)、18日(月)は、おにぎり給食のため、空の弁当箱を持たせてください。
- 1日(金)はお別れ遠足のため、おにぎり🍱の持参をお願いします。
- 6日(水)は誕生会です。おやつを食べるためのフォークと、昼食のおにぎり🍱の持参をお願いします。

今年度もお弁当箱やおにぎりの持参など、ご協力いただき、ありがとうございました。
来年度も心をこめて、安全で、おいしい給食を提供します。