

給食献立表

2025年 3月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	土	ヤクルト	カレーうどん 味付け卵 オレンジ		ヤクルト 豚小間肉 油揚げ 卵	うどん 片栗粉	たまねぎ にんじん オレンジ	546	17.13	13.00	
3	月	ヤクルト	三色ご飯 揚げシュウマイ ほうれん草とひじきの胡麻和え 味噌汁	ひな祭りカップケーキ 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉 卵 木綿豆腐 かたくちいわし 牛乳 ホイップクリーム	上白糖 精白米 調合油 すりごま ホットケーキミックス	にんじん ほうれんそう もやし ひじき ねぎ カットわかめ	571	18.93	19.23	
4	火	ヤクルト	ご飯 鮭の西京焼き 五色和え 味噌汁	ココア マリービスケット	ヤクルト 生鮭 かつお節 かたくちいわし 牛乳	精白米 三温糖	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 キャベツ たまねぎ	537	24.15	11.89	
5	水	牛乳	わかめご飯 ボイルウィンナー 南瓜煮 こしね汁	ハッピーターン 麦茶	牛乳 ポークウインナ ちくわ 木綿豆腐 油揚げ	精白米 いらごま 三温糖 さとも 板こんにやく 調合油	炊き込みわかめ かぼちゃ にんじん ねぎ 干しいたけ	527	16.36	19.45	
6	木	ヤクルト	スパゲティマトソース オレンジ スープ	はちみつれもんゼリー せんべい	ヤクルト ツナ パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトカット缶 オレンジ コーン缶詰 ごまつな	412	13.20	7.57	
7	金	牛乳	ハヤシライス レタスサラダ スープ	堅あげポテト 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 豚小間肉	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ レタス きゅうり コーン缶詰 ごまつな にんじん	469	13.02	13.38	
8	土	ヤクルト	焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし パナナ カットわかめ コーン缶詰 白菜	457	9.70	14.49	
10	月	ヤクルト	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	原宿ドック 麦茶	ヤクルト 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油	きゅうり カットわかめ ねぎ	499	17.73	13.62	
11	火	牛乳	ご飯 かじき煮 マカロニサラダ 味噌汁	パナナ ヨーグルト	牛乳 めかじき 角ハム 木綿豆腐 かたくちいわし ヨーグルト	精白米 三温糖 マカロニ	しょうが きゅうり にんじん なめこ ねぎ パナナ	501	21.79	9.98	
12	水	ヤクルト	菜めしご飯 鶏肉の照り焼き キャベツとひじきのサラダ 味噌汁	バームクーヘン 幼児牛乳	ヤクルト とりもも肉 ツナ 油揚げ かたくちいわし 幼児牛乳	いらごま 精白米 上白糖	菜めししょうが キャベツ にんじん ひじき コーン缶詰 たまねぎ えのきたけ	540	21.84	20.82	
13	木	ヤクルト	長崎ちゃんぽん ひじきと野菜の豆腐揚げ オレンジ	肉まん 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾 牛乳	ラーメン 調合油	にんじん たまねぎ キャベツ もやし コーン缶詰 オレンジ	439	19.00	5.55	
14	金	牛乳	ドライカレーライス コールスロー スープ	アスパラガス 麦茶	牛乳 ぶたひき肉 角ハム 卵	調合油 精白米 上白糖	たまねぎ にんじん セロリー 干しぶどう キャベツ コーン缶詰 白菜 えのきたけ	623	19.86	22.41	
15	土	ヤクルト	菜めしおにぎり ワンタンスープ オレンジ		ヤクルト なんと	いらごま 精白米	菜めし 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ オレンジ	414	8.28	6.34	
17	月	ヤクルト	ご飯 コロッケ チョレギサラダ 味噌汁	かつばえびせん 麦茶	ヤクルト かたくちいわし	精白米 調合油 ごま油 いらごま 観世ふ	にんじん カットわかめ レタス きゅうり ごまつな	442	10.01	13.23	
18	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	オニオンブレッド 麦茶	牛乳 からすかれい 卵 さつま揚げ 油揚げ かたくちいわし 角ハム チーズ	精白米 薄力粉 上白糖 ホットケーキミックス	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ たまねぎ カットわかめ	443	19.51	7.89	
19	水	牛乳	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 酸辣湯	ベジタべる 麦茶	牛乳 ぶたひき肉 木綿豆腐 角ハム 卵	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん 白菜 あさつき	475	15.16	15.41	
21	金	ヤクルト	ハッシュドビーフ シーザーサラダ スープ	ソフトサラダ 幼児ぶどう	ヤクルト 豚小間肉 パルメザンチーズ 卵	調合油 精白米 クルトン 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ レタス きゅうり にんじん コーン缶詰 ごまつな 幼児ぶどう	563	11.96	19.09	
22	土				卒園式						
24	月	ヤクルト	ご飯 メンチカツ 海藻サラダ 味噌汁	ココア蒸しパン 麦茶	ヤクルト 油揚げ かたくちいわし 牛乳	精白米 調合油 ホットケーキミックス 上白糖	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん	542	14.37	15.51	
25	火	牛乳	ご飯 さわらの照り焼き 野菜サラダ ふりかけ 味噌汁	アンパンマ揚げせんべい 麦茶	牛乳 さわら 角ハム 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	418	16.96	9.71	
26	水	ヤクルト	エビピラフ マカロニケチャップ炒め スープ	せんべい アップル&キャロット	ヤクルト ムキエビ ぶたひき肉 卵	調合油 有塩バター 精白米 マカロニ	たまねぎ マッシュルーム パセリ キャベツ えのきたけ	407	10.29	7.42	
27	木	ヤクルト	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	さくらおにぎり 麦茶	ヤクルト なんと	うどん 調合油 精白米	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	606	15.01	8.64	
28	金	牛乳	コーンカレーライス 福神漬 にしき和え スープ	ミニたい焼き 麦茶	牛乳 豚小間肉 卵 なんと	じゃがいも 調合油 精白米	コーン缶詰 たまねぎ にんじん 福神漬 キャベツ きゅうり カットわかめ 白菜	406	10.70	10.60	
29	土	ヤクルト	きのこスパゲティ オレンジ スープ		ヤクルト ぶたひき肉 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ あさつき オレンジ コーン缶詰 ごまつな	430	14.59	12.00	
31	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ ツナサラダ 味噌汁	サッポロポテト 麦茶	牛乳 ツナ 木綿豆腐 油揚げ かたくちいわし	精白米 調合油	レタス カットわかめ きゅうり コーン缶詰 ねぎ	436	12.74	15.54	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	468	14.89	12.51