

給食献立表

2026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	
2	月	ヤクルト	ご飯 コロッケ ツナサラダ 味噌汁	バームクーヘン 麦茶	ヤクルト ツナ かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	レタス カットわかめ きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん	454	11.72	13.27	
3	火	ヤクルト	ちらし寿司 鮭の南部焼き 五色和え すまし汁	ひな祭りカップケーキ 麦茶	ヤクルト 卵 油揚げ 生鮭 かつお節 木綿豆腐 えびボール 牛乳 ホイップクリーム	三温糖 精白米 上白糖 いらごま ホットケーキミックス 調合油	にんじん しいたけ いんげん 小松菜 もやし ぶなしめじ コーン 缶詰 カットわかめ ねぎ まこんぶ	525	24.47	12.76	
4	水	牛乳	ご飯 オムレツ ブロッコリーソティ ふりかけ スープ	ハーベスト ジョア	牛乳 ベーコン ジョア	精白米 有塩バター	ブロッコリー コーン缶詰 こまつな えのきたけ にんじん	443	13.39	11.94	
5	木	ヤクルト	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	ピザパン 麦茶	ヤクルト なんと 卵 牛乳 ポークウインナ チーズ	うどん 調合油 ホットケーキミックス	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ たまねぎ ピーマン パセリ	550	15.32	14.28	
6	金	牛乳	ハヤシライス ミモザサラダ スープ	かつぱえびせん アップル&キャロット	牛乳 豚小間肉 卵 角ハム	調合油 精白米 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ にんじん きゅうり 白菜 コーン缶詰	517	15.06	14.63	
7	土	ヤクルト	ナポリタン オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	にんじん たまねぎ ピーマン オレンジ あさつき	408	10.58	12.59	
9	月	ヤクルト	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	ミニたい焼き 幼児牛乳	ヤクルト 納豆 しらす干し かつお節 なんと 幼児 牛乳	精白米 調合油	きゅうり カットわかめ ねぎ	467	18.34	14.06	
10	火	牛乳	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	チョイスビスケット 麦茶	牛乳 からすかいかい 卵 さつま揚げ 油揚げ 木 綿豆腐 かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ なめこ ねぎ	437	19.42	9.04	
11	水	牛乳	ご飯 牛丼風煮 ひじきサラダ 味噌汁	チーズ蒸しパン 麦茶	牛乳 豚小間肉 卵 ちくわ かたくちいわし チーズ	精白米 しらたき 三温糖 観世ふ ホットケーキミックス 上白糖 調合油	たまねぎ にんじん しいたけ ひじき きゅうり こまつな えのきたけ 干しぶどう	506	17.96	12.11	
12	木	ヤクルト	味噌ラーメン 肉だんごのもち米蒸し オレンジ	さくらおにぎり 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉	ラーメン 精白米	もやし なら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ	518	17.92	7.99	
13	金	ヤクルト	リクエスト 給食	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト ベーコン 牛乳 角ハム ホイップクリ ーム	プレーンパン じゃがいも マカロニ	たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム コーン缶詰 き ゅうり もも	523	19.83	18.39	
14	土	ヤクルト	チャンポンうどん オレンジ		ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ	454	11.14	6.60	
16	月	牛乳	ご飯 ハンバーグ シーザーサラダ ふりかけ スープ	オレンジゼリー せんべい	牛乳 パルメザンチーズ 卵	精白米 パン粉 調合油 クルトン	たまねぎ レタス きゅうり にんじん カットわかめ えのきたけ	464	14.23	10.96	
17	火	ヤクルト	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	ベジタべる 麦茶	ヤクルト めかじき 角ハム 木綿豆腐 かたくち いわし	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん ねぎ カットわかめ	433	16.36	12.97	
18	水	牛乳	チャーハン 餃子 中華きゅうり スープ	たべっ子どうぶつ 麦茶	牛乳 焼き豚 なんと 卵	調合油 ごま油 精白米 上白糖	にんじん ねぎ きゅうり 白菜 えのきたけ コーン缶詰	485	12.13	17.93	
19	木	ヤクルト	スパゲティマトソース オレンジ スープ	ソフトサラダ 白ぶどう&ほうれん草	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 こまつな	459	13.18	10.12	
21	土		卒園式								
23	月	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	おととつと 幼児りんご	ヤクルト 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 いらごま	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん なら 幼児 りんご	530	15.37	14.52	
24	火	牛乳	ご飯 あじフライ 海藻サラダ ふりかけ 味噌汁	アスパラガス 麦茶	牛乳 あじフライ 木綿豆腐 かたくちいわし	精白米	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	525	17.39	11.54	
25	水	ヤクルト	菜めしご飯 ポイルウインナー 南瓜煮 味噌汁	ココアムース 麦茶	ヤクルト ポークウインナ ちくわ 木綿豆腐 油揚 げ 生クリーム 牛乳 粉ゼラチン	いらごま 精白米 三温糖 さとも 板こんにやく 調合油 上白糖	菜めし かぼちゃ にんじん ねぎ 干しいたけ	584	18.24	24.04	
26	木	ヤクルト	きつねうどん 揚げシュウマイ オレンジ	カステラ 麦茶	ヤクルト なんと 油揚げ 卵 牛乳	うどん 三温糖 調合油 上白糖 はちみつ 強力粉	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	532	14.96	12.55	
27	金	牛乳	ジャンバラヤ チョレギサラダ スープ	ハッピーターン 麦茶	牛乳 皮なしウインナー 卵	調合油 精白米 ごま油 いらごま	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン コーン缶詰 にんじん カットわか め レタス きゅうり こまつな ぶなしめじ	358	7.24	10.27	
28	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	
30	月	ヤクルト	わかめご飯 鶏肉のにんにく味噌焼き レタ スサラダ 味噌汁	バナナ ヨーグルト	ヤクルト とりもも肉 木綿豆腐 油揚げ かたくち いわし ヨーグルト	精白米 いらごま 上白糖	炊き込みわかめ にんにく レタス きゅうり コーン缶詰 ねぎ パナ ナ	483	21.28	12.12	
31	火	牛乳	ご飯 サワラ西京漬 野菜サラダ 味噌汁	せんべい オレンジジュース	牛乳 サワラ 角ハム かたくちいわし	精白米 じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	445	15.92	5.85	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	461	14.79	11.87