



令和7年度 3月献立表



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ
2	月	松風焼き ブロッコリーの おかか和え みそ汁	牛乳 ★フライド ポテト	フライドポテト、じゃがいも、油、パン粉、砂糖、ごま	牛乳、豆腐、鶏ひき肉、みそカットわかめ、かつお節	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ	牛乳 チーズ	17	火	鮭のムニエル きゅうりのごま和え みそ汁	牛乳 ★豆腐 ドーナツ	ホットケーキ粉、じゃがいも、油、砂糖、小麦粉、バター、ごま	牛乳、さけ、豆腐、卵、みそ、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ	牛乳 もも缶
3	火	照り焼きチキン ほうれん草のごま和え すまし汁 いちご	カルピス ひなあられ 	ごま、砂糖	カルピス、鶏肉、豆腐、かつお節、カットわかめ	いちご、ほうれん草、もやし、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうが	牛乳 バーム クーヘン	18	水	チキンナゲット ブロッコリーの甘酢 コーンスープ	★青りんご クラッシュ ゼリー	油、小麦粉、砂糖、片栗粉、ごま	鶏ひき肉、卵	ブロッコリー、たまねぎ、クリームコーン缶、もも缶、にんじん、えのきたけ	牛乳 白い風船
4	水	肉じゃが みそ汁 ぶりかけ チーズ	牛乳 ★ラスク	じゃがいも、サンドイッチパン、しらす、マーガリン、グラニュー糖、砂糖、油、生卵	牛乳、牛肉、チーズ、みそ、カットわかめ	たまねぎ、にんじん、いんげん、ねぎ	牛乳 豆乳 クッキー	19	木	ドライカレー ポテトサラダ みかん缶 ばらぐみ 卒所式	牛乳 ハッピー ターン	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	牛乳、卵、合挽き肉、茹で大豆、ハム	たまねぎ、みかん缶、にんじん、きゅうり、ピーマン	ヨーグルト
5	木	赤魚の煮つけ もやしとハムの 酢のもの わかめ汁	牛乳 ワッフル	砂糖、ごま、ごま油	牛乳、赤魚、豆腐、ハム、かまぼこ、カットわかめ	きゅうり、もやし、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうが	牛乳 オレンジ	21	土	豚丼 すまし汁 パイン缶	ベジたべる	砂糖	豚肉、カットわかめ	パイン缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、いんげん、ねぎ	お茶 リッツ
6	金	チキンポッキーの甘煮 キャベツときゅうり のごま和え かき玉汁	牛乳 ほしたべよう せんべい	砂糖、ごま	牛乳、チキンポッキー、卵、豆腐、カットわかめ	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうが	ヨーグルト	23	月	ハヤシ ナムル オレンジ	牛乳 ★キャロット ケーキ	じゃがいも、ホットケーキ粉、砂糖、ごま、ごま油、バター	牛乳、牛肉、卵	オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、もやし、キャベツ、トマトピューレ、グリーンピース	牛乳 ちょぼ ちょぼ
7	土	ポトフ のり佃煮 フルーツミックス	サッポロ ポテト	じゃがいも	鶏肉、のり佃煮	みかん缶、たまねぎ、キャベツ、もも缶、パイン缶、いんげん、にんじん	お茶 紫芋 ふんわり せんべい	24	火	鶏レバーのみそ煮 キャベツの和風サラダ 白菜スープ チーズ	★おにぎり (しらす干し・わかめ)	米、マヨネーズ、砂糖、油、ごま、じゃがいも	鶏レバー、チーズ、ベーコン、ちくわ、みそ、しらす干し、炊き込みわかめ	たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん、しめじ、ピーマン、パセリ、しょうが	牛乳 スティック パン
9	月	カレー しらす干し和え オレンジ	★おにぎり (小松菜・鮭)	米、じゃがいも、ごま、油、砂糖	牛肉、さけ、しらす干し	たまねぎ、オレンジ、ほうれん草、キャベツ、にんじん、こまつな、トマトピューレ、ピーマン	牛乳 マンナ ビスケット	25	水	ささみのひじき揚げ きゅうりの昆布和え みそ汁	★カルピス パンチ	じゃがいも、油、小麦粉、片栗粉、ごま、砂糖	カルピス、鶏ささ身、みそ、卵、塩こんぶ、ひじき、カットわかめ	バナナ、きゅうり、みかん缶、たまねぎ、にんじん、もも缶、パイン缶、しめじ、こまつな、ねぎ	牛乳 ウェハース
10	火	豚肉と春雨の炒め物 シュウマイ みそ汁 チーズ	牛乳 ★マカロニ あべかわ	マカロニ・スパゲティ、砂糖、はるさめ、油、ごま油	牛乳、豚ひき肉、チーズ、みそ、きな粉、カットわかめ	たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ、ねぎ、しいたけ	牛乳 アンパンマン 野菜せんべい	26	木	鮭の照り焼き れんごんのサラダ はんぺん汁	牛乳 バーム クーヘン	マヨネーズ、ごま、砂糖	牛乳、鮭、はんぺん、ハム、カットわかめ	れんこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ	ヨーグルト
11	水	ぶりかけ ミートボール からあげ ポテト ブロッコリー (マヨネーズ) コンソメスープ もものゼリー	牛乳 ケーキ	フライドポテト、じゃがいも、油、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	牛乳、チキンポッキー、生クリーム、ミートボール	ブロッコリー、いちご、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく	牛乳 かぼちゃ ボーロ	27	金	クリームシチュー 人参とピーマンの 味噌炒め のり佃煮 バナナ	牛乳 かっぱ えびせん	じゃがいも、小麦粉、マーガリン、バター、油、砂糖、ごま	牛乳、鶏肉、豚肉、脱脂粉乳、みそ、のり佃煮	バナナ、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、ピーマン、ブロッコリー	牛乳 チーズ
12	木	鮭のマヨネーズ焼き きゅうりとわかめ の酢物 豚汁	牛乳 おにぎり せんべい	さといも、糸こんにゃく、マヨネーズ、砂糖、ごま	牛乳、さけ、豆腐、豚肉、みそ、カットわかめ、あおのり	きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう、ねぎ	牛乳 バナナ	28	土	カレー たたききゅうり みかん缶	ミレー ビスケット	じゃがいも、砂糖	牛肉	たまねぎ、みかん缶、きゅうり、にんじん、ピーマン	お茶 紫芋 ふんわり せんべい
13	金	タンドリーチキン キャベツとコーン のサラダ 野菜スープ	牛乳 おととと	じゃがいも、砂糖、油	牛乳、鶏肉、ハム、ヨーグルト、脱脂粉乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン缶	牛乳 十勝バター ブレッド	30	月	親子丼 キャベツとハムのサラダ もも缶 おにぎり	★おにぎり (かつお)	米、マヨネーズ、砂糖、ごま	卵、鶏肉、ハム	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、しいたけ、もも缶	牛乳 豆乳 クッキー
14	土	なっとく丼 みそ汁	さや えんどう	砂糖、麩	挽きわり納豆、豚ひき肉、みそ、カットわかめ	たまねぎ、にんじん、きしょうが、ねぎ	お茶 ミレー ビスケット	31	火	豚肉と納豆の旨煮 白菜のおかか和え みそ汁	牛乳 とんがり コーン (あっさり塩)	砂糖	牛乳、納豆、豚肉、みそ、かつお節、カットわかめ	はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、きゅうり	牛乳 かぼちゃ ボーロ
16	月	肉みそ ほうれん草の中華和え 春雨スープ	★フルーツ ヨーグルト	しらす、砂糖、はるさめ、油、ごま、ごま油	ヨーグルト、鶏ひき肉、みそ、茹で大豆	みかん缶、バナナ、ほうれん草、にんじん、きゅうり、もも缶、パイン缶、キャベツ、たまねぎ、コーン、ごぼう、いんげん、ねぎ	牛乳 チーズ	<p>○★印は、手作りおやつです。</p> <p>○印は、子どもたちの好きなメニューです。</p>							

ごぞつしょ、おめでとうございませう