



給食予定献立表



2025年3月

エンゼル幼稚園

日	曜日	献立名	ざいりょう			
			赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他
3	月	カラフルちらし寿司 マカロニサラダ すまし汁 プリン(卵なし)	油揚げ,卵,のり,ハム(卵なし) ツナ わかめ プリン	人参,ごぼう,しいたけ,胡瓜,コーン ブロッコリー,人参 えのき,ねぎ	米,砂糖 マカロニ,マヨドレ 麩	醤油,みりん,酢,塩 塩 醤油,塩
4	火	麻婆丼 ナムル オレンジジュース	豆腐,豚肉	玉ねぎ,人参,生姜,にんにく もやし,ほうれんそう,人参	米,砂糖,片栗粉,ゴマ油 ゴマ油,砂糖,ごま オレンジジュース	ガラスープ,醤油,酒 醤油,酢
5	水	ハヤシライス コールスローサラダ りんごゼリー	豚肉,枝豆	玉ねぎ,人参,しめじ キャベツ,胡瓜,人参,コーン	米,油 マヨドレ りんごゼリー	ハヤシルウ 塩
6	木	わかめごはん 煮込みハンバーグ 鶏肉のから揚げ フライドポテト 春雨サラダ マカロニサラダ 中華スープ プリン(卵なし)	わかめ 合挽肉,豆腐 鶏肉 枝豆 わかめ,豆腐 プリン	玉ねぎ 生姜,にんにく 人参,胡瓜 人参,コーン 玉ねぎ,えのき,ねぎ	米 片栗粉,パン粉,砂糖 片栗粉,油 じゃがいも,油 春雨,砂糖,ゴマ油,ごま マカロニ,マヨドレ	塩,ソース,ケチャップ 酒,醤油 塩,ケチャップ 酢,醤油 塩 ガラスープ,醤油,塩
7	金	豚丼 ポテトサラダ オレンジゼリー	豚肉 枝豆	玉ねぎ,えのき,人参,ねぎ 人参,コーン	米,砂糖 じゃがいも,マヨドレ オレンジゼリー	酒,醤油 塩
10	月	カレーライス ブロッコリーサラダ ヨーグルト	豚肉 ヨーグルト	人参,玉ねぎ ブロッコリー,キャベツ,人参	米,じゃがいも,油 マヨドレ	カレールー 塩
11	火	五目うどん ひじきサラダ いちごゼリー	鶏肉,油揚げ ひじき	玉ねぎ,大根,人参,しめじ,ごぼう,ねぎ 胡瓜,人参,コーン	うどん,さつまいも 砂糖,マヨドレ いちごゼリー	醤油,みりん 醤油
12	水	ごはん 鶏肉のからめ和え おかか和え コンソメスープ 米粉マフィン	鶏肉 かつおぶし	にんにく,生姜 白菜,胡瓜,人参 玉ねぎ,人参,大根	米 片栗粉,油,砂糖 砂糖 米粉のアップケーキ	酒,塩,ソース,ケチャップ 醤油 コンソメ,塩
13	木	ビビンバ わかめスープ 豆乳プリン	豚肉,味噌,卵,のり わかめ,豆腐 豆乳プリン	生姜,にんにく,もやし,人参,ほうれんそう 玉ねぎ,えのき,ねぎ	米,砂糖,油,ゴマ油,ごま 豆乳プリン	醤油,みりん,酒 ガラスープ,醤油,塩
14	金	ごはん 煮込みハンバーグ さつまいもサラダ みそ汁 マスカットゼリー	合挽肉,豆腐 味噌,豆腐	玉ねぎ 胡瓜,人参 白菜,玉ねぎ,ねぎ	米 片栗粉,パン粉,砂糖 さつまいも,マヨドレ マスカットゼリー	塩,ソース,ケチャップ 塩
17	月	照りマヨトースト リンゴジュース	鶏肉	コーン,パセリ	食パン,マヨドレ リンゴジュース	
19	水	ごはん 鶏肉のレモン焼き マカロニサラダ みそ汁 りんごゼリー	鶏肉 味噌,豆腐,わかめ	レモン汁,パセリ ブロッコリー,人参,コーン 大根,玉ねぎ,えのき	米 砂糖,油 マカロニ,マヨドレ りんごゼリー	酒,塩,醤油 塩
21	金	ごはん クリームシチュー コールスローサラダ ぶどうゼリー	鶏肉	南瓜,玉ねぎ,人参,ブロッコリー キャベツ,胡瓜,人参,コーン	米 じゃがいも マヨドレ ぶどうゼリー	クリームルウ 塩
24	月	ツナコーントースト ぶどうジュース	ツナ	コーン,パセリ	食パン,マヨドレ ぶどうジュース	グレープジュース

献立種類	園児		
	エネルギー	蛋白質	脂質
平均栄養価	451 kcal	14.2 g	10.2 g
目標栄養価	390 kcal	13.0 g	9g~13g