

令和 7年 3月

# 給食献立予定表

年間目標: 一口目は野菜から食べよう  
あしきた・まちのこども園 ☺

日	曜	10時のおやつ	昼 食				3時のおやつ
			主食(黄)	主菜(赤)	副菜(緑)	汁(白)	
1	土	ほうれん草豚丼					
3	月	パン	麦飯 五分づきご飯	ヤンニョムチキン	春雨の酢の物	花麩のお吸い物	桃色クッキー
4	火	粉ふき芋	麦飯 もちきび五分づきご飯	魚の煮付け	ブロッコリーのツナサラダ	豆腐の味噌汁	コーンマフィン
5	水	ミルクパンケーキ	麦飯 五分づきご飯	豆腐つくね	ほうれん草のソテー	じゃがいものポターージュ	お好み焼き
6	木	わかめおにぎり	麦飯 雑穀五分づきご飯	牛肉とえのきのしぐれ煮	トマトじゃこサラダ	具だくさん味噌汁	ポップコーン
7	金	バナナ	🌸バイキング形式🌸	唐揚げ・ハンバーグ・ポテトサラダ・ナポリタン・サンドイッチ・ゼリー…			パンケーキ
8	土	ハッシュドポーク					
10	月	マカロニきな粉	麦飯 五分づきご飯	カレーライス	コールスロー	野菜スープ	ぶどうゼリー
11	火	ブロッコリー	麦飯 黒米五分づきご飯	豚の生姜焼き	ひじきの煮物	南瓜の味噌汁	チョコチップクッキー
12	水	きんとん	麦飯 五分づきご飯	魚のマヨコーン焼き	人参しりしり	シチュー	チキンライスおにぎり
13	木	りんごゼリー	麦飯 雑穀五分づきご飯	チリコンカン	ほうれん草の磯和え	豆乳味噌汁	フライドポテト
14	金	ジャムサンド	麦飯 五分づきご飯	チキンチキンごぼう	カラフルサラダ	長芋のフワフワ汁	パフェ
15	土	卒園式					
17	月	もも	麦飯 五分づきご飯	サンマのおかか煮	厚焼き卵	あおさの味噌汁	春色おにぎり
18	火	人参スティック	麦飯 赤米五分づきご飯	デミカツ	マッシュルームとブロッコリーの炒め物	ばち汁	むらすずめ
19	水	のりたまおにぎり	麦飯 五分づきご飯	豆腐ハンバーグ	えのきとツナの煮浸し	ポテトスープ	レーズンスコーン
20	木	春分の日					
21	金	みかん	麦飯 五分づきご飯	いわしの梅煮	かぼちゃサラダ	大根の味噌汁	マーラーカオ
22	土	そばろ丼					
24	月	おかかおにぎり	麦飯 五分づきご飯	洋風厚焼卵	小松菜とひじきのレモン和え	玉ねぎの味噌汁	バムとケロのドーナツ
25	火	さつま芋の甘煮	麦飯 もちきび五分づきご飯	鮭の塩焼き	切り干し大根の煮物	豆腐のすまし汁	きんぴらおにぎり
26	水	豆乳ゼリー	麦飯 五分づきご飯	レバーの甘辛揚げ	納豆和え	コーンスープ	高野豆腐の蒸しパン
27	木	豆腐パンケーキ	麦飯 雑穀五分づきご飯	スコップコロッケ	菜果サラダ	かぼちゃのポターージュ	ピザトースト
28	金	バナナ	🌸ワクワク給食🌸	鮭チーズおにぎり・唐揚げ・和風パスタ・卵スープ・ぶどうゼリー			米粉のブラウニー
29	土	ハヤシライス					
31	月	きな粉サンド	麦飯 五分づきご飯	麻婆豆腐	ナムル	中華スープ	フルーツヨーグルト

※ 都合により、献立を変更する場合があります

牛 乳

手作りおやつ



## ★ 3月の目標 ★ 《楽しく食べよう》

早いもので今年度最後の月となりました。この一年で心も身体も大きく成長したと思います。苦手だった食べ物が食べられるようになったり、上手にお箸が使えるようになったり“食”の面での成長も見られたのではないのでしょうか。3月はだいたいさんのリクエストメニューをたくさん入れています。こども園での生活を振り返りながらお友達と楽しく食べてもらいたいです。

### 献立の紹介

18日(火)の給食は

『岡山県』の郷土料理です。

主菜…揚げたてのとんかつに、熱々のデミグラスソースをかけた岡山ご当地どんぶり「おかやまデミカツ丼」を参考に作ります。

副菜…特産品の一つにマッシュルームがあります。

ブロッコリーなどの食材と一緒に炒め物にします。

汁物…岡山県の浅口市鴨方町は、江戸時代から手延べ麺の産地として栄えてきました。製造過程で麺の端に当たる部分を「ばち」と呼びます。そうめんとは大根人参などの野菜が入ったお汁です。

24日(月)のおやつは、『バムとケロのちようび』という絵本の中に出てくる山盛りのドーナツを再現します。あいにくの天気でお家で過ごす休日、お子さんと一緒に「ドーナツ作り」なんていかがでしょうか。



7日(金)は、バイキングです。

28日(金)は、ワクワク給食です。