



3月献立表



2026年3月

まなぶ保育園

日付	献立名	おやつ	材料名 (〇はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
2月	五穀ごはん 肉じゃが 春雨野菜スープ オレンジ	保育乳 ツナトースト	保育乳、豚肉、〇調製豆乳、沖縄豆腐、みそ、ちくわ、〇しらす干し	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇油、すりごま	〇バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、〇にんじん、〇にら、〇切り干しだいこん、カットわかめ
3火	そぼろ四色ごはん 白菜と水菜の和え物 黄桃缶 あさり汁	(カルピス ひなあられ) 3色だんご 保育乳	保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、三枚肉、〇卵、みそ、〇牛乳	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇砂糖、こんにやく、〇コーンフレーク、砂糖、油、白ごま、ごま油	〇りんご、にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、〇レーズン、切り干しだいこん
4水	肉わかめうどん もやし和え物 バナナ	保育乳 寿司おにぎり	保育乳、鶏肉、ツナ油漬缶、〇調製豆乳、でんぶ	米、〇ホットケーキ粉、砂糖、〇油、〇砂糖、焼ふ	〇いちご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、〇いちごジャム、〇トマトジュース、いんげん、マーマレード、ねぎ、かんぴょう(乾)、干しいたけ、焼きのり、わかめ
5木	ふりかけごはん ミートローフ 青菜ソテー ポトフライ 卵スープ パイン缶	アンパンマンジュース 誕生会ケーキ (チーズケーキ)	保育乳、調製豆乳、沖縄豆腐、〇卵、鶏もも肉、〇牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ	米、〇ホットケーキ粉、〇三温糖、〇無塩バター、マカロニ、〇生クリーム、小麦粉、無塩バター、〇砂糖	〇いちご、プロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、赤ピーマン、ねぎ
6金	五穀ごはん 鮭の塩焼き 野菜炒め ソーメン汁 黄桃缶	保育乳 バナナケーキ	保育乳、豚肉、ウインナー、ツナ油漬缶、〇きな粉	米、〇ロールパン、じゃがいも、〇砂糖、〇揚げ油	たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、しめじ
7土	みそずき丼 青菜スープ オレンジ	保育乳 ジャムサンド	鶏ひき肉	米、片栗粉、砂糖	もも缶、もずく、コーン缶、赤ピーマン、ピーマン、しょうが
9月	五穀ごはん 沖縄風煮つけ 小魚の佃煮 キャベツみそ汁 パイン缶	保育乳 豆乳くずもち	保育乳、さけ、みそ	米、じゃがいも、〇コーンフレーク、揚げ油、小麦粉、パン粉、〇無塩バター、油	〇バナナ、プロッコリー、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、ひじき
10火	ミートソースパグティ 卵スープ バナナ	保育乳 昆布おにぎり	保育乳、厚揚げ、ウインナー、みそ、〇ツナ油漬缶、しらす干し	米、〇食パン、〇じゃがいも、〇マヨネーズ、砂糖、白ごま	だいこん、にんじん、キャベツ、えのきたけ、〇たまねぎ、〇赤ピーマン、〇黄ピーマン、ねぎ、こんぶ
11水	五穀ごはん 納豆 麩チャンプルー きのみそ汁 黄桃缶	保育乳 黒糖アガラサー	保育乳、三枚肉、かまぼこ、〇ツナ油漬缶、〇みそ	沖縄そば、〇米、〇三温糖、砂糖、すりごま	タンカン、にんじん、こまつな、キャベツ、ねぎ、〇味付けのり
12木	もずくどんぶり ぎょうざ 青菜みそ汁 オレンジ	保育乳 シリアルバー	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ	米、〇小麦粉、〇砂糖、〇ラード、マヨネーズ、はるさめ、〇紅芋、油、砂糖、小麦粉	〇オレンジ、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、えのきたけ、ピーマン
13金	カレーうどん 和え物 パイン缶	保育乳 みそおにぎり	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、〇鶏もも肉、みそ	米、〇米、しらたき、砂糖、すりごま、片栗粉、油	タンカン、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、長ねぎ、〇たけのこ(中)、ごぼう、〇黄ピーマン、〇ねぎ、〇ひじき、しょうが
14土	卒園式				
16月	中華どんぶり ソーメン汁 りんご	保育乳 チョコスコーン	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ	米、〇小麦粉、〇砂糖、〇ラード、マヨネーズ、はるさめ、〇紅芋、油、砂糖、小麦粉	〇オレンジ、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、キャベツ、えのきたけ、ピーマン
17火	五穀ごはん 豆腐のピザ焼き プロッコリーソテー 卵スープ 黄桃缶	保育乳 クロックムッシュ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇しらす干し	〇米、じゃがいも、米、油、〇白ごま、砂糖、片栗粉	にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、〇わかめふりかけ、黒きくらげ、カットわかめ
18水	ごはん クリームシュー ウインナー サラダ パイン缶	保育乳 黒糖くずもち	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、〇プレーンヨーグルト、みそ、〇卵、〇きな粉、ちくわ	米、〇強力粉、〇無塩バター、〇三温糖、片栗粉、砂糖、すりごま	〇パイン缶、だいこん、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
19木	☆ お弁当会 ☆				
20金	春分の日				
21土	豚と野菜しょうが焼きどんぶり 春雨スープ オレンジ		豚肉、みそ	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ
23月	沖縄そば 和え物 バナナ	保育乳 ジュースーおにぎり	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	〇さつまいも、米、〇小麦粉、サラダ用スライスパン、〇揚げ油、和風ドレッシング、あわ、油、三温糖、片栗粉	〇りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しょうが、カットわかめ
24火	五穀ごはん ホキのコーンマヨ焼き 野菜炒め 豆腐スープ 黄桃缶	保育乳 ジャムサンド	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、〇鶏もも肉、みそ	米、〇米、しらたき、砂糖、すりごま、片栗粉、油	タンカン、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、長ねぎ、〇たけのこ(中)、ごぼう、〇黄ピーマン、〇ねぎ、〇ひじき、しょうが
25水	タコライス コンソメスープ オレンジ	保育乳 南瓜ケーキ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇調製豆乳、〇卵、油揚げ	米、〇ホットケーキ粉、はるさめ、〇油、〇黒砂糖、砂糖、揚げ油、片栗粉、ごま油	〇バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ
26木	焼きそば アーサ汁 バナナ	保育乳 鮭おにぎり	保育乳、鶏ひき肉、ツナ油漬缶	〇米、スバゲティー、じゃがいも、和風ドレッシング、砂糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、干しいたけ、〇塩こんぶ
27金	カレーライス チキンから揚げ サラダ パイン缶	保育乳 お好み焼き	保育乳、鶏もも肉、〇調製豆乳、厚揚げ、ツナ油漬缶	米、〇生クリーム、砂糖、油、ごま油	〇かぼちゃ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、〇たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、〇クリームコーン缶、生しいたけ、ひじき
28土	そぼろ丼 春雨スープ りんご	保育乳 チョコサンド	保育乳、さけ、挽きわり納豆、豚肉、〇卵、イナムつみそ	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇砂糖、〇揚げ油、押麦、油、〇ラード	〇もも缶、キャベツ、にんじん、だいこん、長ねぎ、ピーマン、ひじき
30月	☆ お弁当の日 ☆				
31火	☆ お弁当の日 ☆				

☆保育園の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります