

2026年 3月 予定献立表

この花ナーサリ学童クラブ

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄	赤	緑
			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
02 月	おやつ	☆サターアングキー (黒糖)	小麦粉、黒糖、ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油	卵	
03 火	おやつ	おにぎり (みそ)	米	みそ	
04 水	おやつ	☆プリン レーズンパン	プリン (乳・卵) レーズンパン (小麦・乳・大豆)		
05 木	おやつ	カルピス 三月菓子 (ごま) ひなあられ	小麦粉、ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油 ぜんべい	乳酸菌飲料 (乳) 卵	ごま
06 金	おやつ	昆布おにぎり	米	こんぶ、かつお節	
07 土	昼食	鶏ごぼうごはん 豚肉の野菜巻き 白菜の和え物 ゆし豆腐汁 (アーサ) フルーツ缶	米 ごま油	鶏肉 豚肉 赤ハム (鶏・豚・大豆・乳) 豆腐、みそ、あおさ	ごぼう、にんじん にんじん、いんげん はくさい、もやし、きゅうり パイナップル
	おやつ	蒸しカステラ (黒糖)	強力粉 (小麦)、黒糖	牛乳	
09 月	おやつ	バナナケーキ	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、バター (乳)	卵、牛乳、脱脂粉乳	バナナ
10 火	おやつ	☆ジャムサンド	食パン (小麦)		ブルーベリージャム
11 水	おやつ	コロッケ	油、コロッケ (小麦・乳・大豆)		
12 木	おやつ	おにぎり (ツナマヨ)	米、マヨネーズ (ノンエッグ)	ツナ	
13 金	おやつ	マーブルケーキ	ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、バター (乳)	牛乳、卵、脱脂粉乳	ココア
14 土	昼食	中華丼 大根のツナサラダ みそ汁 (じゃが芋・こまつな) フルーツ缶	米、ごま油、片栗粉 ドレッシング じゃがいも	豚肉 ツナ みそ	はくさい、たけのこ、にんじん、しいたけ、きくらげ だいこん、きゅうり こまつな 養桃缶
	おやつ	クファージュシー	米	豚肉、ひじき	にんじん、にら、しいたけ
17 火	昼食	麦ごはん 白身魚フライ・タルタルソース 豆腐チャンプルー みそ汁 (だいこん・アーサ) くだもの	米、押麦 マヨネーズ (ノンエッグ)、油 油	卵、白身魚フライ (小麦・大豆) 豆腐、豚肉 みそ、あおさ	たまねぎ、きゅうり、にんじん キャベツ、もやし、にんじん、にら だいこん バナナ
	おやつ	ウムニー (スイートポテト風味) ビスケット	さつまいも、バター (乳)、もち粉 ビスケット (小麦・乳)	牛乳	
18 水	昼食	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツヨーグルト	米 マヨネーズ (ノンエッグ)、マカロニ	牛肉 ヨーグルト	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム キャベツ、コーン、きゅうり みかん
	おやつ	牛乳 ☆シュガーラスク	バター (乳)、食パン (小麦)	牛乳	
19 木	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	乳酸菌飲料 ☆シフォンケーキ	カップケーキ (小麦・卵・乳・大豆)	乳酸菌飲料 (乳)	
21 土	昼食	雑穀ごはん 豚肉と厚揚げのホイコーロー 蒸ししゅうまい わかめスープ フルーツ缶	米、きび、押麦 油、ごま油、片栗粉	揚げ豆腐、豚肉、みそ しゅうまい (小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま) わかめ	キャベツ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが たまねぎ、コーン パイナップル
	おやつ	野菜ジュース ココア蒸しパン	野菜ジュース (りんご・オレンジ) ホットケーキミックス (小麦・乳・大豆)、油	牛乳、卵	ココア

* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります
 * 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします
 * ☆マークはこの花ナーサリばらぐみさんのリクエストメニューです

2026年 3月 予定献立表

この花ナーサリ学童クラブ

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄	赤	緑
			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
23 月	昼食	雑穀ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 肉じゃが みそ汁（とうがん・わかめ） くだもの	米、きび、押麦 じゃがいも、油	鶏肉、みそ 豚肉 みそ、わかめ	いりごま たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん とうがん オレンジ
	おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ（粉糖）	ホットケーキミックス（小麦・乳・大豆）、油	牛乳 豆腐	
24 火	昼食	あわごはん ☆マーボー豆腐 切干大根のツナ和え みそ汁（はくさい・えのき） フルーツ缶	米、きび 油、片栗粉 ごま油	豆腐、牛豚合びき肉、みそ ツナ みそ	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、切り干しだいこん はくさい、えのきだけ パイナップル、みかん
	おやつ	おにぎり（鮭・ごま）	米	さけ	いりごま
25 水	昼食	麦ごはん ピザバーグ 野菜炒め きのこのスープ くだもの	米、押麦 パン粉（小麦） 油	牛豚合びき肉、チーズ（乳）、牛乳、卵 揚げ豆腐、豚肉	たまねぎ、ピーマン、にんじん キャベツ、もやし、にんじん、にら しめじ、えのきだけ、こまつな オレンジ
	おやつ	牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク（乳・大豆）	牛乳	
26 木	昼食	ひじきの炊き込みごはん 赤魚の煮つけ はるさめサラダ ゆし豆腐汁 ブルーン	米 はるさめ、ごま油	鶏もも肉、ひじき あかうお 豆腐、みそ	にんじん しょうが にんじん、きゅうり ねぎ ブルーン
	おやつ	フライドポテト ヨーグルト	フライドポテト	ヨーグルト（乳）	
27 金	昼食	カレーライス キャベツとササミのサラダ くだもの	米、じゃがいも、油 ごまドレッシング（ごま・卵）	豚肉 ささ身	たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり バナナ
	おやつ	☆パニラアイス ウエハース	パニラアイス ウエハース（乳・卵・小麦・大豆）		
28 土	昼食	この花ナーサリ 卒園式 （登園の際はお弁当持参のご協力をお願いします）			
	おやつ	お菓子詰め合わせ	ビスケット、せんべい		

* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります
 * 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします
 * ☆マークはこの花ナーサリばらぐみさんのリクエストメニューです