

献立表

2026年03月

●卵アレルギー

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
2	月	ご飯、豚肉のしょうが焼き、ごぼうの和え物 なめこのみそ汁、果物(りんご)	サーター アランダギー 牛乳	米(精白米) 油、砂糖	豚肩ロース ツナ(油漬缶)、ごま なめこ(絹ごし豆腐)、米みそ(甘みそ)	たまねぎ、にんじん、しょうが にんじん、ごぼう、コーン(缶) なめこ、万能ねぎ りんご
3	火	●ちらし寿司、豆腐ナゲット、イナムル汁 ひなあられ	さくらもち 牛乳	米(精白米)、砂糖、油 油、片栗粉 こんにやく	●卵、油あげ とり肉(若鶏むね肉なし)、とうふ(木綿豆腐) 豚肩ロース、米みそ(甘みそ)、カステラ(まぼろ)	たまねぎ、ニンニク だいこん、にんじん、万能ねぎ、干ししいたけ
4	水	ご飯、●魚のオーロラソース焼き 豆腐ちゃんぶるー、きのこのスープ 果物(オレンジ)	ぜんざい クラッカー	米(精白米) ●マヨネーズ 油	赤魚 とうふ(沖縄豆腐)、豚肩ロース	ハセリ キャベツ、にんじん、にら えのきたけ、しめじ、にんじん オレンジ
5	木	タコライス、●ポテトサラダ、わかめスープ 果物(バナナ)	レアチーズケーキ りんごジュース	米(精白米) じゃがいも、●マヨネーズ	合ひき肉(牛・ぶた)、チーズ	レタス、トマト、たまねぎ、ピーマン、にんじん きゅうり、にんじん コーン(缶)、長ねぎ、カットわかめ バナナ
6	金	ご飯、●魚のマヨみそ焼き、クープイリチー 豆腐とわかめのすまし汁 果物(グレープフルーツ)	豆乳もち	米(精白米) ●マヨネーズ 油、砂糖	めかじき、米みそ(甘みそ) ぶた肉(ばら)、たいず(水煮缶) とうふ(木綿豆腐)	万能ねぎ にんじん、刻みこんぶ、にら 万能ねぎ、わかめ(乾) グレープフルーツ
7	土	照り焼き丼、エノキのみそ汁 果物(オレンジ)	チヂミ	米(精白米)、砂糖、ごま油	とり肉(若鶏もも・皮付) 米みそ(甘みそ)	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きざみのみ えのきたけ、にんじん、万能ねぎ オレンジ
9	月	焼きそば、枝豆の白和え、わかめスープ 果物(パイン)	ハンダマおにぎり 小魚	焼そばめん、油	ぶた肉(ばら) とうふ(木綿豆腐)、白すりごま	にんじん、しょうが、たまねぎ、ピーマン、にんじん、きざみのみ えのきたけ、にんじん、万能ねぎ バナナ
10	火	ご飯、赤魚のムニエル、鶏肉とセロリソテー 豆腐スープ、果物(オレンジ)	●バリバリピザ 牛乳	米(精白米) 小麦粉 油	赤魚、バター とり肉(若鶏もも・皮なし) とうふ(木綿豆腐)	レモン たまねぎ、セロリ、にんじん、フロッキー ごまつな、長ねぎ オレンジ
11	水	雑穀米ご飯、ごぼうのしぐれ煮 ●小松菜の豆腐サラダ、南瓜のみそ汁 果物(バナナ)	おから餅の 磯辺焼風 牛乳	ぎょうざの皮、●マヨネーズ	ピザ用チーズ、◎ベーコン 牛乳	ピーマン、たまねぎ
12	木	ご飯、ハニーマスタードチキン 洋風おからいりちー、●野菜スープ 果物(りんご)	黒糖ラスク 牛乳	米(精白米) はちみつ 砂糖	とり肉(若鶏もも・皮なし)、おから、チーズ ●卵	レタス たまねぎ、えだまめ、にんじん たまねぎ、にんじん、長ねぎ りんご
13	金	ご飯、西京焼き、●人参しりしりー 根菜みそ汁、果物(グレープフルーツ)	●かるかん 牛乳	米(精白米) 砂糖	かれい、米みそ(甘みそ) ●卵、ツナ(油漬缶) 米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、ピーマン だいこん、ごぼう、にんじん、万能ねぎ グレープフルーツ
14	土	そばろ井、なすのみそ汁、果物(オレンジ)	チョコチップ スコーン	米(精白米)、砂糖、油	とり肉(ひき肉) 米みそ(甘みそ)	にんじん、ほうろく、たまねぎ、しょうが、きざみのみ なす、たまねぎ、長ねぎ オレンジ
16	月	●沖縄そば、きゅうりのツナサラダ、●プリン	鮭わかめおにぎり おしやぶり昆布	ホットケーキ粉	バター、牛乳	バター、牛乳
17	火	わかめご飯、さばの竜田焼き 小松菜とコーンの和え物、厚揚げのみそ汁 果物(パイン)	クレープ 牛乳	米(精白米) 揚げ油、片栗粉、砂糖 砂糖	さば 厚揚げ、米みそ(甘みそ)	カットわかめ しょうが ごまつな、にんじん、コーン(缶) しめじ、万能ねぎ パイナップル
18	水	ご飯、レバーバーグ、白菜コーンサラダ もずくスープ、果物(バナナ)	りんごのマフィン 牛乳	小麦粉、マーガリン、片栗粉、砂糖 牛乳	牛乳、生クリーム 牛乳	みかん(缶)、いちご
				米(精白米) パン粉 砂糖、オリーブ油	ぶた肉(ひき肉)、ぶた肉(レバー)、豆乳	たまねぎ、ニンニク はちみつ、りんご、コーン(缶)、きゅうり だいこん、もずく(塩めき)、長ねぎ バナナ
				ホットケーキ粉、砂糖	牛乳、無塩バター 牛乳	りんご



オレンジこども園

※食材の都合により、献立を変更することがあります。

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
19	木	麦ご飯、魚の磯風味焼き、きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁、果物(オレンジ)	フルーツポンチ	米(精白米)、押麦 小麦粉、砂糖 こんにやく、砂糖	かれい ぶた肉(ばら)、ごま とうふ(木綿豆腐)、米みそ(淡色辛みそ)、油あげ	あおりのり ごぼう、にんじん ごまつな オレンジ バナナ、パイナップル(缶)、りんご、みかん(缶)
21	土	豚とキャベツのみそ炒め丼、大根のすまし汁 果物(バナナ)	みそクッキー	米(七分つき米)、砂糖	豚肩ロース、米みそ(甘みそ)、ごま	キャベツ、赤ピーマン、ピーマン、長ねぎ だいこん、カットわかめ バナナ
23	月	ご飯、チキンのトマトソースかけ ●豆腐とさつまいものサラダ、パパイアスープ 果物(りんご)	コーンフレーク クッキー 牛乳	米(精白米) 砂糖、オリーブ油 さつまいも、ごま、●オリーブレタラック	とりもも肉 とうふ(木綿豆腐)、活ちくわ	カットトマト、たまねぎ、パプリカ(パプリコ) だいこん、 ごまつな、パパイア(未熟果) りんご
24	火	ご飯、サバのみそ煮、●麩ちゃんぶるー アーサのすまし汁、果物(バナナ)	焼きとうもろこし せんべい 牛乳	米(精白米) 砂糖 麩(車ふ)、油	さば、米みそ(甘みそ) ●卵、ぶた肉(赤肉) とうふ(絹ごし豆腐)	だいこん、万能ねぎ キャベツ、もやし、にんじん、にら 長ねぎ、あおさ、アーサ バナナ とうもろこし
25	水	そばろ井、キャベツのおかか和え 油揚げのみそ汁、果物(グレープフルーツ)	人参とホワイト チョコのスコーン 牛乳	米(精白米)、砂糖、油	とり肉(ひき肉)	ほうろく、にんじん、たまねぎ、しょうが、きざみのみ キャベツ、にんじん、きゅうり たまねぎ(淡色辛みそ)、油あげ グレープフルーツ
26	木	ハンバーガー、ポテトフライ、●枝豆コーン 押し麦のスープ(トマト)、果物(オレンジ)	にゅうめん	ホットケーキ粉	バター、牛乳 牛乳	にんじん
27	金	青菜ご飯、すき焼き風煮物 ●はんぺんチーズ焼き、しめじと豆腐のみそ汁 果物(パイン)	●卵サンドイッチ 牛乳	コッペパン、パン粉、油 フライドポテト、揚げ油 ●オマトドレッシング 押麦	ぶた肉(ひき肉)、牛肉(ひき肉)、チーズ、牛乳	たまねぎ、レタス、にんじん コーン(缶)、むき枝豆 キャベツ、トマト、にんじん オレンジ
28	土	お弁当当会 	豆腐入り ホットケーキ	半しそうめん、砂糖、ごま油	とり肉(ひき肉)、米みそ(甘みそ)	万能ねぎ
30	月	玄米ご飯、●魚の和風マヨ焼き かぼちゃのそばろ煮、●アーサのかき玉汁 果物(りんご)	枝豆蒸しパン 牛乳	米(精白米) しらたき、砂糖	豚肩ロース、厚揚げ ●はんぺん、チーズ とうふ(木綿豆腐)、米みそ(甘みそ)	からしな は(さい)、長ねぎ、にんじん あおりのり しめじ、長ねぎ パイナップル
31	火	ポークカレー、鶏のから揚げ、●温野菜サラダ ●卵スープ、いちご	●フレンチトースト 牛乳	食パン、●マヨネーズ、マーガリン	●ゆで卵 牛乳	たまねぎ、きゅうり

卒園おめでとう!!

卒園するひかり組さんの、今まで食べた給食の中で思い出に残った献立や子ども達が好きな給食をリクエストメニューとしていただきます。

今年のリクエスト
★給食★
から揚げカレー、沖縄そば、西京焼き、焼きそば
タコライス、そばろ井、ハンバーガー&ポテト

★おやつ★
クレープ、マフィン、サンドイッチ



ひな祭り 

ひな祭りは、女の子の健やかな成長を祈る節句の年間行事です。ひな祭りの行事食には、それぞれに込められた意味があります。

ひし餅・ひなあられ
3つの色に願いが込められています。
桃色は「魔除け」・白は「清浄」・緑は「健康」

ちらし寿司
具のエビは腰が曲がって「長寿」の象徴
レンコンは穴が開いていて「先の見通しがきく」
豆は「まめに働けるように」
などの縁起の良い具材がたくさん入っています。

ハマグリのお吸い物
ハマグりは二枚貝で対の貝殻しか
組み合わないとから将来夫婦円満に
暮らせるよという意味があります。

白酒(甘酒)
厄除けの意味があります。




