



2026年 3月 幼児食予定献立表

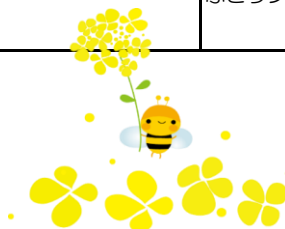


愛の泉保育園

日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	さいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
2	月	カレーうどん 胡瓜とみかんの和え物 バナナ	ツナマヨおにぎり 酪農牛乳	ひまわり組さんからの リクエストメニューの 胡瓜とみかんの和え物 胡瓜の食感と程よい 酸味がいい感じです	豚肉 油揚げ わかめ ツナ缶 刻みのり 酪農牛乳	うどん じゃが芋 胚芽米 雑穀ミックス	玉葱 人参 生姜 胡瓜 みかん缶 バナナ
3	火	花ちらし寿司 鶏のあられ天ぷら 豚汁 ひなまつりゼリー	ひなあられ 乳酸飲料	彩のかわいい ひなまつりの行事食 楽しんで下さいね	鶏ミンチ 刻みのり 鶏むね肉 豚肉 酪農牛乳	胚芽米 白ごま 小麦粉 あられ いちごソース ひなあられ 乳酸飲料	乾燥椎茸 生姜 人参 菜の花 コーン缶 玉葱 大根 ごぼう ねぎ
4	水	胚芽米雑穀御飯 ひじき佃煮 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの おかか和え ゆし豆腐汁 ドライブルー	ヨーグルト ビスケット	豚肉はビタミンBが 豊富に含まれています 疲れ知らずの元気な体 を作ります	ひじき 豚肉 糸削り節 ゆし豆腐 ヨーグルト	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま ビスケット	玉葱 ビーマン 赤ビーマン 生姜 ブロッコリー 葱 ブルー
5	木	胚芽米雑穀御飯 魚の甘酢あんかけ おからイリチー アーサのみそ汁 グレープフルーツ	手作りドーナッツ 酪農牛乳	愛情いっぱいの手作り ドーナッツ! お楽しみに～	赤魚 おから 豚肉 アーサ 卵 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 小麦粉	玉葱 人参 乾燥椎茸 しめじ グレープフルーツ
6	金	親子丼 カラフル甘酢漬け かちゅー湯 バナナ	スイートポテト 酪農牛乳	彩のきれいな甘酢漬け は目で見て、シャキ シャキの食感も楽しみ ながら食べてね	刻みのり 鶏むね肉 卵 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 お米でスイートポテト	玉葱 人参 椎茸 キャベツ 赤ビーマン 黄ビーマン 長ねぎ バナナ
7	土	胚芽米御飯 大根イリチー さつまいのみそ汁 グレープフルーツ	ジャムパン 酪農牛乳	大根は新聞紙で包んで 冷蔵庫で立てて保存す ると長持ちするそう です	豚肉 厚揚げ わかめ 酪農牛乳	胚芽米 さつまい 食パン いちごジャム	大根 人参 なら 玉葱 グレープフルーツ
9	月	胚芽米雑穀御飯 マーボー豆腐 大根サラダ わかめのすまし汁 グレープフルーツ	フレンチトースト 酪農牛乳	グレープフルーツや お酢に含まれるクエン 酸は代謝を活性化して くれる疲労回復に役立 ちます	豚ミンチ 沖縄豆腐 わかめ 卵 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび 白ごま 食パン	にんにく 生姜 玉葱 人参 乾燥椎茸 胡瓜 グリーンピース 大根 グレープフルーツ
10	火	雑穀ミックス御飯 さばのみそ煮 (0.1歳児クラスは赤魚) 野菜イリチー 大根のすまし汁 オレンジ	たまごパン 酪農牛乳	雑穀類はビタミンや ミネラルが豊富に 含まれています 簡単に炊飯器で炊ける のでおすすめです	さば 赤魚 豚肉 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 たまごパン 雑穀ミックス	生姜 キャベツ 人参 島人参 いんげん 大根 オレンジ
11	水	胚芽米雑穀御飯 チキンの照焼き 肉じゃが ほうれん草のみそ汁 ドライブルー	オレンジケーキ 酪農牛乳	ほうれん草の美味しい 時期です、栄養価が 高く、幼児が食べやす いので色々な料理に 活用して下さいね	鶏もも肉 豚肉 卵 プレーンヨーグルト 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちぎび じゃが芋 マーメレード 小麦粉	にんにく 生姜 玉葱 人参 生しいたけ ほうれん草 ブルー
12	木	和風そぼろ丼 小魚佃煮 愛の泉ファイトスープ バナナ	グラハムクッキー 酪農牛乳	玉葱・人参・キャベツ 南瓜を水で煮込んだ ファイトスープ、子供 たちの味覚を育てます	刻みのり 豚ミンチ 沖縄豆腐 カエリ 酪農牛乳	胚芽米 白ごま クッキー	人参 いんげん 生姜 乾燥椎茸 玉葱 南瓜 キャベツ バナナ
13	金	愛の泉花カレー スティック甘酢野菜 お祝いポンチ		明日は卒園式です 卒園児のみなさん 愛の泉保育園の おいしい給食を忘れ ないでね!	豚肉	胚芽米 じゃが芋 ぶどうジュース	にんにく 生姜 玉葱 人参 セロリ 南瓜 りんご 大根 胡瓜 バナナ みかん缶

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。



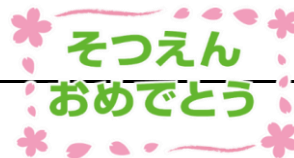


2026年 3月 幼児食予定献立表



愛の泉保育園

日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
16	月	胚芽米雑穀御飯 魚のタルタル ソースかけ パパイヤイリチー 里芋のみそ汁 オレンジ	シークワサー ゼリー ビスケット	パパイヤは沖縄では炒め物にして食べるのが主流ですがサラダで食べるのも美味しいですよ！	赤魚 卵 豚肉 ひじき 油揚げ	胚芽米 押麦 もちきび 小麦粉 さといも ゼリー ビスケット	玉葱 パセリ 人参 パパイヤ ねぎ オレンジ
17	火	お誕生会 (お弁当・すいとう)	お誕生ケーキ 酪農牛乳	3月生まれのおともだち～おめでとうございます			
18	水	胚芽米雑穀御飯 ミスダル 大根の煮物 アーサのすまし汁 グレープフルーツ	レバーペースト サンド りんごジュース	琉球の宮廷料理ミスダル、子ども達が食べやすい様に愛の泉風にアレンジしました～	豚肉 鶏もも肉 アーサ 鶏レバー 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび すりごま じゃが芋 食パン	大根 人参 椎茸 葱 グレープフルーツ 玉葱
19	木	手作りラーメン 大根とパインの 甘酢和え バナナ	ゆかりおにぎり チーズ	手作りのラーメン！煮干しやかつお節昆布など色々なダシを使っています	カエリ 豚肉 なたと プロセスチーズ	中華めん 白ごま 胚芽米	玉葱 人参 にんにく 生姜 長ねぎ たら キャベツ コーン缶 大根 パイン缶 バナナ
21	土	胚芽米御飯 肉豆腐炒め かちゅー湯 オレンジ	メープルマフィン 酪農牛乳	みんな大好きなかちゅー湯、かつお節をそのまま食べるので蛋白質も豊富です	豚肉 沖縄豆腐 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 マフィン	玉葱 生しいたけ ほうれん草 長ねぎ オレンジ
23	月	胚芽米雑穀御飯 煮魚 納豆みそ 人参シリシリ ほうれん草のすまし汁 バナナ	黒糖くすもち 酪農牛乳	春は人参の美味しい季節です、甘みもあって、栄養価も高い！色々な料理に使って便利です	挽きわり納豆 赤魚 豚肉 卵 きな粉 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび 芋くす タピオカ	生姜 人参 キャベツ たら ほうれん草 バナナ
24	火	バーガーパン ハンバーグ チーズ カラフルサラダ コーンスープ ドライブルー	クファージュシー	ハンバーガー！上手に食べれるかな？楽しみですね、副菜のサラダとスープもちゃんと食べてね	合ミンチ 酪農牛乳 チーズ 豚肉 ひじき	パン じゃが芋 胚芽米	玉葱 人参 生姜 にんにく レタス レッドキャベツ 黄ピーマン トマト クリームコーン 葱 ブルー 乾燥椎茸
25	水	赤飯 鮭の照焼き 千切りイリチー 中身汁 オレンジ	ぐりとぐらの 黄色いカステラ 豆乳	卒園・終了おめでとうメニューですぐりとぐらの黄色いカステラも楽しみです	小豆水煮 鮭 豚肉 刻み昆布 豚中身 卵 酪農牛乳 調製豆乳	胚芽米 もち米 小麦粉	切干大根 人参 乾燥椎茸 こんにゃく オレンジ
26	木	胚芽米雑穀御飯 チキンのケチャップ煮 ひじきイリチー かちゅー湯 グレープフルーツ	クリームパン 酪農牛乳	ひじきには食物繊維やミネラルが多く含まれています。ひじき炒めは人気メニューです	鶏もも肉 ひじき 豚肉 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび じゃが芋 パン	玉葱 にんにく 生姜 パセリ 人参 長ねぎ いんげん グレープフルーツ
27	金	沖縄そば 大根とわかめのサラダ りんご	雑穀味噌おにぎり 酪農牛乳	りんごを食べると医者いらず、ということわざがあるほど体に良い働きがある果物です	豚肉 かまぼこ わかめ ツナ缶 三枚肉 刻みのり 酪農牛乳	沖縄そば 胚芽米 雑穀ミックス	玉葱 人参 葱 大根 りんご
28	土	お弁当	焼き菓子 酪農牛乳				
30	月	タコライス 南瓜甘煮 キャベツのみそ汁 ドライブルー	手作りまんじゅう 豆乳	この一年でうちなー料理や季節のお野菜色々な物を食べて心も体も大きく成長したと思います、卒園・進級おめでとうございます	サラダ用チーズ 合ミンチ 茹で大豆 わかめ 調製豆乳	胚芽米 小麦粉 さつま芋	玉葱 カットトマト レタス トマト 南瓜 キャベツ 人参 ブルー
31	火	お弁当	焼き菓子 酪農牛乳				



*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。