



令和8年 3月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
2	月	タコライス 南瓜サラダ 大根のみそ汁 グレープフルーツ	ホットドッグ 小魚 豆乳	米 マヨネーズ ロールパン	合挽き肉 ポイル大豆 ピザチーズ わかめ かつお節 煮干し ウインナー カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 トマト缶 レタス トマト 南瓜 大根 グレープフルーツ 胡瓜	タコライスの ミートに大豆を 混ぜて脂肪分は 減らして蛋白質を 増やしています
3	火	雛ちらし寿司 チキンの照煮 ほうれん草の白和え アーサのすまし汁 フルーツゼリー	ひなあられ 小魚 乳酸飲料	米 白ごま マヨネーズ ゼリー ひなあられ カルピス	鶏ミンチ 卵 鶏もも肉 沖縄豆腐 ツナ缶 乾燥あおさ かつお節 カエリ	乾燥椎茸 胡瓜 人参 生姜 にんにく ほうれん草	ひな祭りの 行事食を食べて 春を感じましょう！
4	水	お弁当会 					お弁当・お弁当 うれしいな〜♪
5	木	雑穀御飯 のり納豆 魚の味噌バター焼き 胡瓜とみかんの和え物 うちな一味噌汁 ブルー	あんぱん 豆乳	米 もちきび 押麦 あんぱん	納豆 のり佃煮 白身魚 わかめ 豚肉 沖縄豆腐 卵 煮干し かつお節 調製豆乳	胡瓜 みかん缶 大根 もやし 小松菜 ブルー	うちな一味噌汁は 貝だくさんで 美味しいですね
6	金	ざっこく御飯 豚肉のオレンジ煮 大根ソテー 白菜の味噌汁 バナナ	菜の花かき揚げ 小魚 ミルク	米 雑穀ミックス マーマレード 小麦粉	豚肉 鶏もも肉 わかめ かつお節 煮干し 卵 カエリ ミルク	玉葱 にんにく 生姜 大根 人参 ピーマン 白菜 バナナ 菜の花 赤ピーマン ホールコーン缶	春をイメージして 菜の花と一緒に コーンを混ぜて かき揚げにしました
7	土	雑穀御飯 肉野菜炒め じゃがバター きのこの味噌汁 たんかん	ドーナッツ 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦 じゃが芋	豚肉 青のり粉 わかめ かつお節 煮干し カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 キャベツ 冷) いんげん 舞茸 えのき たんかん	お肉を少し多めに 入れた野菜炒めは よく食べてくれます
9	月	ハヤシライス セロリのカニかま和え物 わかめすまし汁 オレンジ	りんごのスコーン 小魚 ミルク	米 砂糖 生クリーム 小麦粉	豚肉 かに風味かまぼこ わかめ かつお節 卵 カエリ ミルク	にんにく 玉葱 人参 しめじ トマト缶 セロリ 大根 オレンジ りんご	セロリは苦手な子が 多い食材ですが 食べれなくても「挑戦」 してほしいのです！
10	火	ソース焼きそば ブロッコリーおほか和え 絹豆腐の味噌汁 バナナ	いなり寿司 小魚 豆乳	茹で中華めん 米 白ごま	豚肉 青のり粉 糸削り節 わかめ 絹ごし豆腐 かつお節 煮干し カエリ 味付いなりの皮 調製豆乳	玉葱 キャベツ 人参 もやし ねぎ ブロッコリー バナナ	野菜やタンパク質が 足りない時には味噌汁に いれて調整しましょう
11	水	雑穀御飯 鯖塩焼き 筑前煮 きのこの味噌汁 オレンジ	大学芋 ミルク	米 もちきび 押麦 さつま芋 黒ごま	さば 白身魚 鶏もも肉 油揚げ かつお節 煮干し ミルク	生姜 大根 ごぼう れんこん水煮 人参 冷) いんげん えのき 舞茸 玉葱 オレンジ	根菜類はビタミン カルシウム 食物繊維がたっぷり 筑前煮でたくさん 食べる事ができます
12	木	ふりかけご飯 白菜と厚揚げの中華風炒め 鶏レバー汁 フルーツヨーグルト	キャロットケーキ 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦 じゃが芋 小麦粉	豚肉 厚揚げ豆腐 鶏レバー 鶏もも肉 かつお節 煮干し プレーンヨーグルト 卵 カエリ 調製豆乳	白菜 人参 ピーマン 大根 にら にんにく 黄桃缶 バナナ レーズン	ごはんがすすまない 時はいい助っ人になる ふりかけ！
13	金	雑穀御飯 きびなごカレー粉揚げ 肉じゃが うちな一味噌汁 ブルー	うぐいすパン 豆乳	米 もちきび 押麦 小麦粉 じゃが芋 うぐいすパン	きびなご 白身魚 豚肉 沖縄豆腐 卵 煮干し かつお節 調製豆乳	人参 玉葱 乾燥椎茸 グリーンピース冷 生姜 大根 にら ブルー	骨や頭まで食べられる きびなごはカルシウム やビタミンDが豊富！ 丈夫な骨や血液を つくるのに必要です
14	土	中華丼 お芋の甘醤油がらめ わかめスープ グレープフルーツ	おせんべい 小魚 ココア	米 黒糖 さつま芋 白ごま カルシウムせんべい	豚肉 むきえび わかめ かつお節 カエリ ミルク	白菜 玉葱 人参 たけのこ水煮 生しいたけ えのき グレープフルーツ	中華丼はお肉と野菜の ダシがあんでご飯に 絡んで美味しいです よね、名前は中華ですが 日本発祥のごはんです！

*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。





令和8年 3月 幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考	
16	月	雑穀御飯 鶏肉の照り焼き ひじき炒め 豆腐の味噌汁 ブルー	ふかし芋 小魚 ミルク	米 もちきび 押麦 さつま芋	鶏もも肉 ひじき 豚肉 沖縄豆腐 かつお節 煮干し カエリ ミルク	生姜 玉葱 人参 ねぎ ブルー	ひじき炒めは 常備菜にも出来る 一品です	
17	火	野菜そば おからサラダ バナナ	クファージュシー 小魚 豆乳	ゆで沖縄そば マヨネーズ 米	かつお節 豚肉 おから 茹で卵 ひじき カエリ 調製豆乳	キャベツ 人参 玉葱 胡瓜 ホールコーン缶 トマト バナナ 乾燥椎茸 ねぎ	ポテトサラダの じゃが芋をおからに 変えたサラダは 栄養満点です	
18	水	赤飯 揚げ豆腐のみぞれかけ 千切りイリチー イナムドウチ オレンジ	お味噌の蒸しケーキ 小魚 豆乳	米 もち米 黒ごま 黒糖 小麦粉 白ごま	あずき ゆで小豆缶詰 沖縄豆腐 刻み昆布 豚肉 煮干し カステラかまぼこ かつお節 カエリ 調製豆乳	大根 切干し大根 人参 乾燥椎茸 切こんにゃく ねぎ オレンジ	卒園おめでとう メニューです 卒園児のみなさん 保育園の給食を 忘れないでね	
19	木	雑穀御飯 パンプキンシチュー 温野菜サラダ グレープフルーツ	サーターアンダギー ミルク	米 もちきび 押麦 じゃが芋 マヨネーズ すりごま 小麦粉 黒糖	鶏もも肉 スキムミルク 卵 ミルク	玉葱 人参 白菜 南瓜 しめじ ブロッコリー カリフラワー グレープフルーツ	保育園の手作り サーターアンダギーは とても美味しく 人気ですよ	
21	土	雑穀御飯 すき焼き風 南瓜甘煮 アーサの味噌汁 ブルー	クリームパン 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦 クリームパン	豚肉 沖縄豆腐 乾燥あおさ かつお節 煮干し カエリ 調製豆乳	玉葱 白菜 えのき 南瓜 ねぎ ブルー	甘めの味付けで お野菜もたくさん 食べますよ！	
23	月	雑穀御飯 納豆削り和え 豚肉生姜焼き じゃが芋煮ころがし ほうれん草の味噌汁 ブルー	オートミルククッキー 小魚 豆乳	米 もちきび 押麦 じゃが芋 オートミール 小麦粉	納豆 糸削り節 豚肉 青のり粉 煮干し かつお節 卵 カエリ 調製豆乳	生姜 人参 玉葱 ピーマン ほうれん草 ブルー レーズン クランベリードライ	納豆は栄養価の高い 食品です 気軽に食べて ご飯も進みますね	
24	火	チキンカレー 甘酢セロリー しいたけと卵のすまし汁 バナナ	ひらやーちー 小魚 豆乳	米 じゃが芋 小麦粉	鶏むね肉 鶏もも肉 卵 かつお節 ツナ缶 カエリ 調製豆乳	生姜 人参 玉葱 ホールコーン缶 りんご グリーンピース冷 セロリ 大根 乾燥椎茸 バナナ にら	大好きなカレーライスを リクエストの多い 献立です	
25	水	雑穀御飯 タンドリーフィッシュ 大根ソテー ワカメときのこの味噌汁 オレンジ	パンプキンサンド ミルク	米 もちきび 押麦 胚芽ロールパン マヨネーズ	鮭 プレーンヨーグルト 豚バラ肉 わかめ かつお節 煮干し プロセスチーズ ミルク	にんにく 生姜 玉葱 大根 人参 ピーマン しめじ オレンジ 南瓜	ヨーグルト液に 漬けて焼く タンドリーフィッシュ しっとり、ふっくら 美味しく仕上がります	
26	木	雑穀御飯 チキンカツ タマナーイリチー もずくの味噌汁 グレープフルーツ	フルーツゼリー カルシウムウエハース 小魚	米 もちきび 押麦 小麦粉 パン粉 ゼリー カルシウムウエハース	鶏もも肉 卵 豚肉 かまぼこ おきなわもずく かつお節 煮干し カエリ	にんにく キャベツ 人参 もやし にら 玉葱 グレープフルーツ	たまな〜って 何のお野菜か 子供達にも教えて くださいね	
27	金	雑穀御飯 ひじき佃煮 魚のトマトソースかけ マカロニサラダ 小松菜としめじの味噌汁 バナナ	黒糖アガラサー 小魚 ミルク	米 もちきび 押麦 白ごま 小麦粉 マカロニ マヨネーズ 黒糖	ひじき 糸削り節 白身魚 卵 ツナ缶 かつお節 煮干し 牛乳 カエリ ミルク	にんにく トマト缶 玉葱 胡瓜 ホールコーン缶 人参 小松菜 しめじ バナナ レーズン	ご飯の添えに佃煮が あるだけで ご飯が進みます	
28	土	和風そぼろ丼 胡瓜とワカメの和え物 きのこ大根の味噌汁 オレンジ	ジャムパン 小魚 ミルク	米 ジャムパン	きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 わかめ ささみ かつお節 煮干し カエリ ミルク	いんげん 乾燥椎茸 人参 生姜 胡瓜 大根 しめじ えのき オレンジ	タンパク質と野菜が 一緒に摂れる 丼ぶりは栄養満点！	
30	月	スパゲティーミートソース 野菜サラダ 南瓜コーンスープ オレンジ	味噌おにぎり 小魚 豆乳	スパゲッティ 生クリーム 米	牛挽き肉 豚挽き肉 プロセスチーズ 豚三枚肉 きざみのり カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 乾燥椎茸 ピーマン トマト缶 レタス 黄ピーマン りんご 南瓜 クリームコーン缶 パセリ オレンジ	今年度最後の給食です 色々な食材、献立に チャレンジしてきました 子供達をたくさん ほめてくださいね	
31	火	新年度準備 (お弁当)						

*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。

