3月のよていこんだて　　2025年度

日 曜	時間帯	献立	材料名 黄 強い力が出る食べ物	赤 丈夫な体を作る食べ物	緑 病気から守る食べ物	その他
2 16 月	昼食	ごはん 魚の梅煮 ブロッコリーの塩こんぶ和え さつまいものみそ汁	米 砂糖 ごま、ごま油 さつまいも	魚 塩こんぶ 油揚げ、みそ	梅干し、しょうが ブロッコリー、人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	手作り肉まん 牛乳	小麦粉、強力粉、砂糖、ごま油	豚ミンチ 牛乳	キャベツ、玉ねぎ、しょうが、にんにく	ドライイースト、ベーキングパウダー、酒、塩、しょうゆ
3 火	昼食	ちらしずし 金時豆煮 豚汁	米、砂糖 砂糖 油	卵、ちりめんじゃこ 金時豆 豚肉、ちくわ、みそ	菜の花、人参、しいたけ、かんぴょう 大根、人参、ごぼう、玉ねぎ、もやし	昆布、酢、塩、しょうゆ、酒 塩 だしパック、煮干し、しょうゆ、みりん、酒
	午後おやつ	カルピスゼリー くだもの 牛乳		ゼラチン 牛乳	くだもの	カルピス
4 18 水	昼食	パン 照り焼き豆腐ハンバーグ フレンチサラダ ミネストローネ	食パン、ジャム 砂糖、片栗粉、油 砂糖、油 マカロニ、砂糖、油	豆腐、鶏ミンチ、鶏レバー、ひじき ウインナー	玉ねぎ、しょうが キャベツ、人参、きゅうり、りんご(乳児:みかん缶) 玉ねぎ、人参、トマト缶	しょうゆ、みりん、酒、塩 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	4日:節分豆おにぎり 18日:わかめじゃこおにぎり 牛乳	米 米、ごま油	煎り大豆 わかめ、ちりめんじゃこ 牛乳		しょうゆ、みりん 塩
5 19 木	昼食	ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ 麩と小松菜のみそ汁	米 てんぷら粉、片栗粉、油 麩	魚 みそ	玉ねぎ、人参、しいたけ、えのき、しょうが 玉ねぎ、小松菜	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス	卵、牛乳 牛乳		ケーキシロップ、ベーキングパウダー
6 金	昼食	焼きそば 中華スープ	中華めん、油 油	豚肉、かつお節、青のり	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン 玉ねぎ、もやし、チンゲン菜	ソース、しょうゆ、塩こしょう シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	ヨーグルト	みかん缶、桃缶、バナナ	
7 土	昼食	ごはん 鶏じゃが みそ汁	米 じゃがいも、糸こんにゃく、砂糖、油	鶏肉 みそ	玉ねぎ、人参、いんげん 玉ねぎ、ほうれん草	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
9 23 月	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 青菜のおかか和え 大根のすまし汁	米 ごま、片栗粉、砂糖、油 砂糖	豚肉 かつお節	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 大根、人参、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ だしパック、昆布、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	バナナブラウニー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳	バナナ	ココア、ベーキングパウダー
10 24 火	昼食	三色ごはん 厚揚げのみそ汁	米、砂糖、片栗粉 油	鶏ミンチ 厚揚げ、わかめ、みそ	人参、いんげん、しょうが 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	せんべい、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
11 25 水	昼食	パン 魚のマヨネーズ焼き もやしナムル 豆乳スープ	食パン、ジャム マヨネーズ、小麦粉 砂糖、ごま油 油	魚 豆乳、ベーコン	もやし、人参、ほうれん草 白菜、玉ねぎ、人参	酒、塩こしょう しょうゆ、酢 コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	じゃがいも	チーズ 牛乳	パセリ	塩こしょう
26 木	昼食	ごはん 鶏肉のレモン煮 ひじき煮 かぼちゃのみそ汁	米 砂糖、片栗粉、油 砂糖、油	鶏肉 ひじき、ちくわ、大豆水煮 みそ	レモン汁 人参、きぬさや かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ぼこぼこクッキー 牛乳	小麦粉、コーンフレーク、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		ベーキングパウダー
13 27 金	昼食	ごはん チャプチェ キャベツのみそ汁	米 春雨、ごま油	豚肉 油揚げ、みそ	玉ねぎ、人参、エリンギ、パプリカ、にら、にんにく、しょうが キャベツ、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう だしパック、煮干し
	午後おやつ	きなこ揚げパン 牛乳	ロールパン、砂糖、油	きなこ 牛乳		塩
14 土	昼食	ちゃんぽんめん 豆腐チャンプルー	中華めん、油 ごま油	鶏肉 豆腐、ツナ缶	白菜、玉ねぎ、人参、しいたけ もやし、人参	シャンタン、塩こしょう しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

＊毎週月曜日・・・礼拝　体育あそび・・・5日(木)、10日(火)、19日(木)、24日(火)
＊3/12(木)お誕生会　　メニュー:ミートスパゲッティ、エビフライ、添え野菜、オニオンスープ、くだもの　(おやつ)カップケーキ、牛乳
＊3/17(火)おわかれパーティー　　メニュー:カレーライス、中華サラダ　　(おやつ)ちんすこう、牛乳
＊3/21(土)卒園式(家庭保育・療育にご協力ください)
＊3/26(木)終業礼拝
＊3/27(金)保育・療育最終日
＊3/28(土)・30(月)・31(火)空の鳥:年度末休園日、野の百合:希望保育(お弁当持参)　※新年度準備のため、家庭保育にご協力ください