

3月 献立表

令和8年

浄光寺幼稚園

日 曜	献立名				その他
	あか	きいろ	みどり	昼食	
2月	【ひな祭り・啓蟄】ちらし寿司 すまし汁 小松菜の味噌和え 麦茶	油揚げ 鮭 鶏卵 高野豆腐 味噌	米 砂糖 油	干しいたけ 人参 さやえんどう 焼きのり 大根 わかめ 昆布 小松菜 もやし	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
6金	ご飯 チキンカレー 白菜サラダ ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	鶏肉	米 じゃが芋 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素	玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶
9月	わかめご飯 味噌汁 オムレツ 納豆和え グレープフルーツ 麦茶	味噌 鶏卵 牛乳 チーズ 納豆	米 小切麩 砂糖 じゃが芋 無塩バター	わかめご飯の素 干しいたけ 大根 人参 昆布 玉ねぎ 白菜 ほうれん草 グレープフルーツ	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
11水	ご飯 コーンスープ ハンバーグ 野菜ソテー 麦茶	豚肉 木綿豆腐	米 パン粉 片栗粉 油	玉ねぎ コーン もやし キャベツ 人参	水 シチューフレーク 塩 トマトケチャップ 中濃ソース チキンスープの素 麦茶
12木	キャベツと鶏肉の和風スパゲティ ミネストローネ ほうれん草のマヨサラダ 麦茶	鶏肉	スパゲティ 油 じゃが芋 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	キャベツ 玉ねぎ 焼きのり 人参 ダイズトマト ほうれん草 もやし わかめ	こいくちしょうゆ みりん 料理酒 水 トマトケチャップ チキンスープの素 塩 麦茶
13金	☆卒園お祝い献立☆赤飯 お吸い物 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーのサラダ オレンジ 麦茶	小豆 木綿豆腐 かつお節 鶏肉	米 もち米 ごま 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 長ねぎ しめじ 昆布 しょうが ブロッコリー もやし 人参 オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
18水	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き スパゲティサラダ 麦茶	味噌 鶏肉	米 小切麩 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 昆布 キャベツ きゅうり 人参	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	432	15.1	12.5	100	1.2
幼児	422	15.7	12.6	94	1.2
乳児					
乳児	338	12.4	10	74	1

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。