

2026年 3月 献立表

なるせ保育園(未満児)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 牛乳 ドーナツ	3 牛乳 塩せんべい	4 牛乳 源氏パイ	5 牛乳 塩せんべい	6 牛乳 きなこお菓子	7 牛乳 醤油せんべい
昼食	タコライス♪ 豆乳汁 れんこんの煮物 いちご	鮭と卵のちらし寿司風 はまぐりのお吸い物 さわらの西京焼き ひし形三色ゼリー	のり佃煮御飯・五目みそ汁 ぶりのから揚げ きゅうりのお浸し いちご	トマ玉カレーうどん えびフライ キウイフルーツ	ロールパン コーンシチュー ちくわのサラダ バナナ	野菜あんかけ丼 なすのみそ汁 さつまいも塩バター オレンジ
午後	牛乳 さばおにぎり	牛乳 元気ヨーグルト	牛乳 マカロニきな粉♪	牛乳 ホットドッグ	牛乳 五平餅	牛乳 おかし
午前	9 牛乳 バームクーヘン	10 牛乳 塩せんべい	11 牛乳 黒糖雪の宿	12 牛乳 醤油せんべい	13 牛乳 ほん菓子	14 牛乳 塩せんべい
昼食	みそバターコーンラーメン 餃子♪ ぶどうゼリー	御飯・おかず汁(鶏肉) ほっけのみりん焼き チーズ納豆和え キウイフルーツ	わかめ御飯・コーンスープ デミグラスカツ コールスロー いちご	御飯・卵のみそ汁 さけの塩焼き ポテトサラダ キウイフルーツ	ハヤシライス もやしナムル オレンジ	焼きうどん ワントンスープ チーズ バナナ
午後	牛乳 お魚ごはん	牛乳 苺クリームパン	牛乳 のり塩フライドポテト	牛乳 クラッカーマシュマロサンド	牛乳 きな粉フレンチトースト	牛乳 おかし
午前	16 牛乳 あんドーナツ	17 牛乳 塩せんべい	18 牛乳 鉄分ウエハース	19 牛乳 塩せんべい	20 春分の日	21 牛乳 醤油せんべい
昼食	チャーシュー丼 豆腐の味噌汁 春雨サラダ いちご	のり巻き・ナン キーマカレー 鶏のから揚げ・ハンバーグ ブロッコリーとナ和え みかん・ソーダゼリー	御飯・芋の子汁(醤油) さばのみそ煮 きんぴらごぼう キウイフルーツ	にこにこランチデー		てりやき野菜丼 かぶみそ汁 かぼちゃバター醤油煮 キウイフルーツ
午後	牛乳 人参昆布おにぎり	牛乳 お祝い苺ゼリー	牛乳 苺のお祝いケーキ	牛乳 お祝いクレープ		牛乳 おかし
午前	23 牛乳 苺のお菓子	24 牛乳 塩せんべい	25 牛乳 雪の宿	26 牛乳 醤油せんべい	27 牛乳 ハッピーターン	28 牛乳 塩せんべい
昼食	みそ煮込みうどん ちくわ磯辺揚げ 青りんごゼリー	御飯・切干大根のみそ汁 あじの塩焼き ブロッコリー白和え オレンジ	御飯・中華スープ マーボー豆腐(納豆) たけのこのおかか煮 いちご	御飯・納豆汁 カレーの煮つけ 卵の花 キウイフルーツ	チーズカレー 福神漬け 人参ドレッシングサラダ いちご	お子様スパゲティー 鶏五目スープ バナナ
午後	牛乳 鮭わかめごはん	牛乳 いちごジャムパイ	牛乳 中学芋	牛乳 バイクド里芋	牛乳 さくらゼリー	牛乳 おかし
午前	30 牛乳 クッキー	31 牛乳 塩せんべい	あつという間に今年度も残り1か月となりました。1年間で食べる量が増えたり、箸やフォークを上手に使えるようになったりと成長を感じます。今年度残りの1か月も給食を喜んでもらえるよう作っていきたいと思います！ 来年度も美味しい給食を作っていきますのでよろしくお願いします😊			<p>🌸 3月の栄養価 🌸</p> <p>エネルギー：491 Cal たんぱく質：18.5g 脂質：16.4g カルシウム：277g 塩分：1.3g</p>
昼食	納豆パスタ ホタテ貝と白菜のスープ さくらシューマイ いちご	肉あんかけ丼 なめこみそ汁 菜の花とツナのごま和え オレンジ				
午後	牛乳 ひじきごはん	牛乳 選べるおやつ				

🌸 ひな祭り 🌸

3月3日のひな祭りは、女の子の健やかな成長を願って行われる季節の行事です。旧暦の3月3日頃は梅が咲き終わり、桃の花がちょうど咲く時期のため、「桃の節句」とも呼ばれます。

ちらし寿司やひなあられなどを食べる人が多いです！

ちらし寿司は、縁起の良い具材を多く使っていて、見た目も華やかなのでひな祭りで食べられるようになったそうです。

ひなあられは、使われている白や黄色、緑、ピンクは四季を表していると言われていて、子どもの成長を願うものとされています！



🌸 1年間の食事を振り返ってみよう 🌸

この1年を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？献立を作る際に取り入れるようにしています！旬の味を知ることでもそれぞれの食材が持つおいしさをこれからも伝えていけたらと思います！

また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守っていたでしょうか？ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう！

🌸 進級するみなさんへ 🌸

早いもので今のクラスで過ごすのも残り1か月となりました。クラス別に時間を変更しながら給食を提供していますが、進級に向けて3月後半から、4月以降のクラスの時間に変更して提供していきます。

スプーン、フォーク、箸の使い方を園でも教えていますが、進級に向けてご家庭でも練習を進めていただけたらと思います😊



*物資の都合により内容を変更する場合があります。

- 3日：ひな祭り 🌸・誕生会 🎂
- 17日：お別れバイキング 🍽️
- 19日：にこにこランチデー 😊
- (食べきれる量のお弁当の用意をお願いします。)
- 🌸 今月もリクエストメニューを取り入れています♪

