



【令和7年度】

# 3月の献立 (2~14日)

【豊北きらきらこども園】



日曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー
2月	ハンバーグ ポテトサラダ	合挽き肉 玉葱 人参 ピーマン 豆腐 卵 パン粉 油 ケチャップ じゃが芋 胡瓜 人参 キャベツ プレスハム マヨネーズ	りんご クッキー	フルーツポンチ (桃缶 みかん缶 バナナ 苺 カルピスウォーター)	480
3火	【ひな祭り お別れ交流会】 ちらし寿司 魚の竜田揚げ みかんサラダ お吸い物	鮭フレーク 人参 ごぼう 干し椎茸 板かま 油揚げ グリーンピース 卵 桜でんぶ 酢 砂糖 魚 生姜 砂糖 しょうゆ キャベツ 胡瓜 魚肉ソーセージ みかん缶 マヨネーズ 豆腐 若布 花布 葱 昆布	ウェハース	カルピス ひなあられ 桜餅 (小麦粉 白玉粉 小豆あん 食紅)	560
4水	オムレツ ごま和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 卵 油 ケチャップ 小松菜 キャベツ 砂糖 しょうゆ ごま	オレンジ ソフトビス	きな粉パン (バターロール 油 きな粉 砂糖)	367
5木	えびと野菜のかき揚げ ばんさんすう	むき海老 さつまいも 玉葱 人参 コーン グリンピース 小麦粉 卵 油 胡瓜 人参 キャベツ プレスハム 春雨 ごま ごま油 酢 砂糖	スティックパン	いちごポッキー	421
6金	お好み焼き 味噌汁	小麦粉 長芋 キャベツ もやし ベーコン 竹輪 葱 卵 青のり かつお節 油 お好みソース 白菜 人参 里芋 大根 豆腐 油揚げ 葱 味噌	せんべい	ぼんち揚げ	404
7土	<b>卒園式</b>				
9月	豚カツ そうめん汁	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 鶏肉 そうめん 人参 玉葱 板かま 油揚げ 干し椎茸 葱 しょうゆ 昆布	クッキー	カスタードプリン (卵 牛乳 砂糖)	437
10火	けんちょう 洋風卵焼き オーロラソースかけ	鶏肉 大根 人参 里芋 白菜 ごぼう 干し椎茸 豆腐 葱 砂糖 しょうゆ 油 卵 小松菜 もやし ツナ缶 牛乳 マヨネーズ ケチャップ	りんご ソフトビス	ジャムサンド (食パン 苺ジャム マーガリン)	423
11水	豚肉と野菜の味噌炒め ごま和え	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 生揚げ 味噌 砂糖 しょうゆ 油 小松菜 人参 もやし ごま 砂糖 しょうゆ	ポーロ	【非常食】 太陽のめぐみパン&乾パン	328
12木	おからコロッケ マヨネーズサラダ	鶏ミンチ おから 玉葱 人参 じゃが芋 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 しょうゆ 油 小松菜 キャベツ 人参 プレスハム マヨネーズ	オレンジ クッキー	4種の国産野菜のかりんとう	388
13金	園舎とのお別れ会	<b>おたのしみに</b>			
14土	肉うどん ゆかり和え	牛肉 うどん玉 玉葱 人参 干し椎茸 板かま 油揚げ 葱 卵 煮干し しょうゆ キャベツ ゆかりふりかけ	バナナ	りんごジュース せんべい	328



- 全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)
- 海・風組 10時のおやつに + 牛乳

