

# 給食献立表

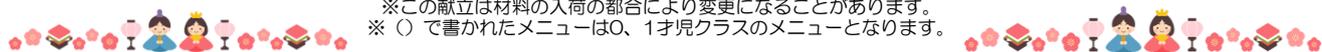
## 普通食

令和8年3月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3月2日	チキンのクリームスパゲティ ばりばりサラダ バナナ	みぞ焼きおにぎり いりこ	スパゲティ、コンソメ、 コンフレーク、砂糖、米	鶏もも、バター、牛 乳、生クリーム、味 噌、胡麻、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーン ピース、とうもろこし、 小松菜、もやし、トマ ト、きゅうり、バナナ	465	14.6	8.9	0.6
3月3日	鮭のチラシ寿司 菜の花の和え物 漁まし汁	桜餅 (いちごホットケーキ) 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、 砂糖、ごま油、白玉粉、薄 力粉、小豆	鮭、鶏卵、胡麻、海 苔、ちくね、かつお 節、ふ、牛乳、いりこ	人参、さやいんげん、菜 の花、もやし、えのきだ け、チンゲン菜	395	17.9	7.3	0.9
3月4日	麦ごはん カジキのピザ風焼き わかめとコーンのサラダ 味噌汁	ココア蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、 じゃが芋、蒸しパンミッ クス、ココア	めかじき、チーズ、わ かめ、油揚げ、味噌、 かつお節、牛乳、いり こ	ピーマン、キャベツ、と うもろこし	351	17.6	9.9	1.5
3月5日	納豆チャーハン ささ身と野菜の胡麻和え ヨーグルトポンチ	コンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、納豆、サラダ油、 砂糖、コンフレーク、マ シユマロ	鶏卵、鶏ささみ、胡 麻、マヨネーズ、ヨ ーグルト、バター、牛 乳、いりこ	人参、ねぎ、胡瓜、バナ ナ、みかん、いちご	464	17.1	14.6	1.1
3月6日	麦ごはん 肉豆腐 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	大学芋 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、砂糖、 めんつゆ、さつまいも、揚 げ油	豆腐、豚もも、胡麻、 味噌、かつお節、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーン ピース、ほうれん草、ま いだけ、ねぎ	444	16.3	13.7	1.5
3月9日	麦ごはん 豚肉と生揚げの中華煮 ポテトサラダ クリームコンソープ	小豆ホットケーキ いりこ	米、麦、ごま油、じゃが 芋、カレー粉、コンソメ、 ホットケーキミックス、脱 脂粉乳、小豆	豚もも、生揚げ、チ ーズ、マヨネーズ、バ ター、牛乳、いりこ	キャベツ、ニラ、パプリ カ、フロッコリー、と うもろこし、えのきだけ	346	12.6	11.8	1.9
3月10日	麦ごはん ひじきハンバーグ 菜の花のしらす和え 味噌汁	ポテトクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、 じゃが芋、薄力粉、ベー キングパウダー、じゃが芋	豚ひき肉、ひじき、鶏 卵、牛乳、しらす干 し、味噌、かつお節、 バター、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、菜の花、 かぶ、しめじ	430	18.3	12.8	1.5
3月11日	麦ごはん アジの蒲焼 マカロニサラダ 味噌汁	コーントースト いりこ	米、麦、片栗粉、サラダ 油、砂糖、マカロニ、食パ ン	あじ、ハム、マヨネ ーズ、味噌、かつお節、 いりこ、コンクリーム	きゅうり、人参、と うもろこし、チンゲン菜、え のきだけ、パセリ	461	16.8	14.1	2.1
3月12日	チャーシュー麺 フレッシュサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、中 華だし、片栗粉、サラダ 油、米	豚ひき肉、味噌、鶏 卵、油揚げ、かつお 節、いりこ	とうもろこし、人参、ね ぎ、しょうが、トマト、 小松菜、きゅうり、もや し、バナナ、しいたけ、 みつば	383	14.6	8.2	1.6
3月13日	麦ごはん 春雨のソテー 味噌汁	きな粉ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、ごま油、 ホットケーキミックス、き な粉	鶏もも肉、鶏むね、味 噌、かつお節、牛乳、 いりこ	レモン、にんにく、レタ ス、とうもろこし、人 参、里芋、玉ねぎ	519	22.3	18.3	1.4
3月16日	カレーライス キャベツとハムの炒め物 いちご	プリン いりこ	米、麦、カレールウ、サラ ダ油、プリン	鶏ひき肉、ハム、牛 乳、いりこ	ごぼう、れんこん、大 根、人参、玉ねぎ、キャ ベツ、いちご	520	21.1	16.4	1.6
3月17日	三色ご飯 生揚げとじゃが芋のそぼろ煮 味噌汁	焼きそば いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、 めんつゆ、サラダ油、中華 麺	鶏ひき肉、鶏卵、生揚 げ、味噌、かつお節、 いりこ	しょうが、人参、白菜、 しめじ、キャベツ	498	23.2	17.1	1.9
3月18日	麦ごはん サワラの西京焼き ツナ入り野菜サラダ 味噌汁	シナモンドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、ホットケ ーキミックス、シナモン、サ ラダ油	サワラ、味噌、ツナ、 刻み昆布、マヨネ ーズ、かつお節、牛乳、 いりこ	キャベツ、きゅうり、ト マト、南瓜、玉ねぎ	453	17.9	13.7	1.4
3月19日	麦ごはん 鶏のから揚げ フロッコリーの納豆和え いちご	りんご寒天 いりこ	米、麦、片栗粉、サラダ 油、砂糖、寒天	鶏もも、納豆、いりこ	しょうが、にんにく、フ ロッコリー、人参、いち ご、りんご果汁、もも缶	399	14.8	14	0.5
3月23日	麦ごはん 鶏肉の胡麻味噌焼き ごぼうサラダ 春雨スープ	杏スコーン いりこ	米、麦、砂糖、春雨、中華 だし、ごま油、薄力粉、 ベーキングパウダー、あん ずジャム	鶏もも、味噌、白こ ま、マヨネーズ、こ ま、バター、生クリー ム、いりこ	ごぼう、人参、きゅう り、とうもろこし、小松 菜、しいたけ	435	15.2	14	1.4
3月24日	カレーライス 野菜炒め バナナ	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレ ールウ、コンソメ、さつまい も、寒天、砂糖	豚肉、ウィンナーソー セージ、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、キャ ベツ、ピーマン、バナナ	492	15.1	13.8	1.8
3月25日	麦ごはん 鮭フライ 酢の物 味噌汁	ヨーグルトパン 牛乳 いりこ	米、麦、薄力粉、パン粉、 サラダ油、砂糖、強力粉、 ベーキングパウダー、	鮭、鶏卵、わかめ、し らす干し、味噌、かつ お節、ヨーグルト、牛 乳、いりこ	きゅうり、みかん缶、大 根、えのきだけ、マーマ レード	478	19.7	12.1	1.6
3月26日	焼きうどん ジャーマンポテト いちご	ツナおにぎり いりこ	うどん、サラダ油、じゃが 芋、米、	豚もも、かつお節、 ベーコン、ツナ、マヨ ネーズ、いりこ	人参、キャベツ、もや し、玉ねぎ、いちご	365	13.9	9.3	1.3
3月27日	麦ごはん すき焼き風味煮 ほうれん草の海苔和え 味噌汁	ココアクッキー いりこ	米、麦、しらたき、サラダ 油、薄力粉、ココア、砂 糖、アーモンドスライス	豚もも、豆腐、のり、 油揚げ、味噌、かつお 節、バター、鶏卵、い りこ	白菜、人参、ほうれん 草、かぶ	446	15.4	16.5	1.3
3月30日	麦ごはん チーズハンバーグ 磯煮 味噌汁	味噌蒸しパン いりこ	米、麦、パン粉、大豆、砂 糖、さつまいも、蒸しパ ンミックス	豚ひき肉、チーズ、鶏 卵、牛乳、ひじき、油 揚げ、ごぼう、味噌、 かつお節、ごま、味 噌、いりこ	玉ねぎ、人参、ごぼう	373	16.9	11.7	1.5
3月31日	きのこスパゲティ 豆まめサラダ バナナ	チーズジャムパン いりこ	スパゲティ、オリーブ油、 大豆、ココアパン、	ハム、のり、ソーセ ージ、マヨネーズ、ク リームチーズ、いりこ	玉ねぎ、人参、えのきだ け、しいたけ、なめこ、 枝豆、とうもろこし、バ ナナ、ブルーベリージャ ム	429	15.9	12.3	1.5

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。  
※ ( ) で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。





# 給食献立表

離乳食



ベビーエンゼル八千代中央保育園

令和8年 3月

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
3月2日	チキンパスタ	ばりばりサラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	スパゲッティ・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・とうもろこし・グリーンピース・小松菜・もやし・トマト・きゅうり・コーンフレーク・バナナ・赤ちゃんせんべい
3月3日	鮭粥	菜の花の和え物	澄まし汁	いちごホットケーキ	米・鮭・人参・さやいんげん・胡麻・海苔・菜の花・もやし・醤油・麩・えのき・チンゲン菜・かつお粉・ホットケーキミックス・いちご
3月4日	お粥	かじきのピザ風焼き・わかめとコーンのサラダ	味噌汁	蒸しパンミックス	米・めかじき・ピーマン・チーズ・ケチャップ・わかめ・キャベツ・とうもろこし・じゃがいも・油揚げ・味噌・かつお粉・蒸しパンミックス
3月5日	納豆粥	ささみと野菜の和え物	ヨーグルトポンチ	コーンフレーク	米・納豆・人参・ねぎ・醤油・鶏ささみ・きゅうり・ごま・バナナ・みかん・いちご・ヨーグルト・コーンフレーク・粉ミルク
3月6日	お粥	そぼろ豆腐・ほうれん草の胡麻和え	味噌汁	蒸かし芋	米・豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・醤油・ほうれん草・胡麻・まいたけ・ねぎ・味噌・かつお粉・さつま芋
3月9日	お粥	生揚げと野菜の煮物・ポテトサラダ	クリームコーンスープ	小豆ホットケーキ	米・生揚げ・キャベツ・にら・パプリカ・醤油・じゃがいも・ブロッコリー・チーズ・とうもろこし・えのき・じゃがいも・ホットケーキミックス
3月10日	お粥	ひじきハンバーグ・菜の花のしらす和え	味噌汁	粉ふき芋	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ひじき・パン粉・ケチャップ・菜の花・しらす・かぶ・しめじ・味噌・かつお粉・じゃがいも
3月11日	お粥	鮭の塩焼き・マカロニサラダ	味噌汁	パン	米・鮭・塩・マカロニ・きゅうり・人参・とうもろこし・チンゲン菜・えのき・味噌・かつお粉・食パン
3月12日	ジャージャー麺	フレンチサラダ	バナナ	赤ちゃんビスケット	中華麺・鶏ひき肉・とうもろこし・人参・ねぎ・味噌・トマト・小松菜・きゅうり・バナナ・赤ちゃんビスケット
3月13日	お粥	ささみの甘煮・春雨の和え物	味噌汁	きな粉ホットケーキ	米・鶏ささみ・醤油・砂糖・春雨・シラス・とうもろこし・人参・里芋・鶏むね肉・たまねぎ・味噌・かつお粉・ホットケーキミックス・きな粉
3月16日	根菜粥	キャベツのお浸し	いちご	ベビーダノン	米・鶏ひき肉・ごぼう・れんこん・大根・人参・玉ねぎ・キャベツ・いちご・ベビーダノン
3月17日	そぼろ粥	生揚げとじゃがいもの煮物	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米・鶏ひき肉・人参・醤油・生揚げ・じゃがいも・鶏ひき肉・白菜・しめじ・味噌・かつお粉・赤ちゃんせんべい
3月18日	お粥	鯖の西京焼き・ツナサラダ	味噌汁	ホットケーキ	米・鯖・味噌・ツナ・キャベツ・きゅうり・トマト・昆布・南瓜・玉ねぎ・味噌・かつお粉・ホットケーキミックス
3月19日	お粥	ささみの甘煮・ブロッコリーの納豆和え	いちご	りんご寒天	米・鶏ささみ・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・納豆・いちご・りんご果汁・もも・寒天
3月23日	お粥	ささみの胡麻煮・ごぼうサラダ	春雨スープ	ホットケーキ	米・鶏ささみ・胡麻・醤油・ごぼう・人参・きゅうり・とうもろこし・春雨・小松菜・しいたけ・ホットケーキミックス
3月24日	野菜粥	キャベツとピーマンのサラダ	バナナ	芋ようかん	米・じゃがいも・人参・玉ねぎ・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・バナナ・さつま芋・寒天・砂糖
3月25日	お粥	鮭のパン粉煮・わかめときゅうりの和え物	味噌汁	ホットケーキ	米・鮭・パン粉・きゅうり・わかめ・しらす・みかん・大根・えのき・味噌・かつお粉・ホットケーキミックス
3月26日	煮込みうどん	ポテトサラダ	いちご	赤ちゃんビスケット	うどん・鶏ささみ・人参・きゃべつ・もやし・かつお節・じゃがいも・玉ねぎ・いちご・赤ちゃんビスケット
3月27日	お粥	すき焼き風煮・ほうれん草の海苔和え	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米・鶏ささみ・豆腐・白菜・人参・醤油・ほうれん草・海苔・かぶ・油揚げ・味噌・かつお粉・赤ちゃんせんべい
3月30日	お粥	チーズハンバーグ・磯煮	味噌汁	味噌蒸しパン	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・チーズ・パン粉・ケチャップ・ひじき・大豆・油揚げ・醤油・さつま芋・ごぼう・味噌・かつお粉・蒸しパン
3月31日	きのこスパゲッティ	豆まめサラダ	バナナ	パン	スパゲッティ・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・えのき・しいたけ・なめこ・海苔・醤油・大豆・枝豆・とうもろこし・バナナ・コッペパン

