

給食献立表

普通食



令和8年3月

エンゼルステーション保育園

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	味噌焼きおにぎり いりこ	スパゲティ、バター、コーン フレーク、砂糖、米、胡麻	鶏肉、牛乳、生クリー ム、味噌、いりこ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、グ リンピース、小松菜、もやし、ト マト、胡瓜、バナナ	582	18.3	11.1	0.7
3月3日	鮭のちらし寿司 菜の花の和え物 澄まし汁	桜餅 (いちごホットケーキ) 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、油、胡麻、ご ま油、鮭、白玉粉、小麦粉、 小豆(ホットケーキミックス、 いちごジャム)	鮭、鶏卵、海苔、竹輪、 鰹節、鰹粉、牛乳、いり こ	人参、さやいんげん、菜の花、も やし、えのきたけ、チンゲン菜	494	22.3	9.2	1.2
3月4日	麦ごはん カジキのビザ風焼き わかめとコーンのサラダ 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、砂糖、油、じゃが 芋、パニラエッセンス、パ ター	めかじき、チーズ、わか め、味噌、鰹粉、鶏卵、 牛乳、いりこ	ピーマン、キャベツ、とうもろこ し	439	22	12.4	1.8
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	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、胡麻、マヨネー ズ、砂糖、コーンフレーク、 マシュマロ、バター	納豆、鶏卵、鶏肉、ヨー グルト、牛乳、いりこ	人参、ねぎ、胡瓜、バナナ、みか ん、いちご	580	21.4	18.2	1.4
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、白滝、砂糖、胡麻、 さつま芋、油	豆腐、豚肉、味噌、鰹 粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、ほ うれん草、まいたけ、ねぎ	555	20.4	17.2	1.9
3月9日	カレーライス キャベツとハムの炒め物 いちご	ココア蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、カレーパウ、油、蒸 しパンミックス、ココア	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	432	15.7	14.7	2.3
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、小麦粉、ベーキングパ ウダー、バター	豚肉、ひじき、鶏卵、し らす、味噌、鰹粉、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、菜の花、かぶ、し めじ	538	22.9	16.0	1.9
3月11日	麦ごはん 鱈の蒲焼 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、油、砂糖、 マカロニ、マヨネーズ、食パ ン	鱈、ハム、味噌、鰹粉、 いりこ	胡瓜、人参、とうもろこし、チン ゲン菜、えのきたけ、パセリ	576	20.9	17.6	2.6
3月12日	麦ごはん チキンのレモン風味焼き 春雨のソテー 味噌汁	きなごホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、ごま油、里 芋、ホットケーキミックス、 きな粉	鶏肉、味噌、鰹粉、牛 乳、いりこ	レモン果汁、にんにく、レタス、 とうもろこし、人参、玉ねぎ	479	18.2	10.2	2
3月13日	ジャージャー麺 フレンチサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、片栗 粉、油、米	豚肉、味噌、鶏肉、油揚 げ、鰹粉、いりこ	とうもろこし、人参、ねぎ、生 姜、トマト、小松菜、胡瓜、もや し、バナナ、しいたけ、みつば	649	27.9	22.9	1.7
3月16日	麦ごはん 豚肉と生揚げの中華炒め ポテトサラダ(カレー風味) クリームコーンスープ	小豆ホットケーキ いりこ	米、麦、ごま油、じゃが芋、 マヨネーズ、カレー粉、パ ター、ホットケーキミックス、 小豆	豚肉、生揚げ、チーズ、 牛乳、スキムミルク、い りこ	キャベツ、にら、パプリカ、フ ロクコリー、とうもろこし、えの きたけ	650	26.4	20.5	2
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、油、じゃが 芋、中華麺	鶏肉、鶏卵、生揚げ、味 噌、鰹粉、いりこ	生姜、人参、白菜、しめじ、キャ ベツ	623	29	21.4	2.4
3月18日	麦ごはん 鱈の西京焼き 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、マヨネーズ、 ホットケーキミックス、シナ モン、油	鱈、味噌、ツナ、刻み昆 布、鰹粉、牛乳、いりこ	キャベツ、胡瓜、トマト、南瓜、 玉ねぎ	566	22.3	17.1	1.8
3月19日	麦ごはん 鶏のから揚げ ブ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、油、砂糖	鶏肉、納豆、寒天、いり こ	生姜、にんにく、ブロッコリー、 人参、いちご、りんご果汁、もも	499	18.5	17.4	0.6
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、胡麻、マヨ ネーズ、春雨、ごま油、小麦 粉、ベーキングパウダー、パ ター、あんずジャム	鶏肉、味噌、生クリー ム、いりこ	ごぼう、人参、胡瓜、とうもろこ し、小松菜、しいたけ	544	19	17.5	1.7
3月24日	カレーライス 野菜炒め バナナ	手ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレーパ ウ、さつま芋、砂糖	豚肉、ウインナー、寒 天、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマ ン、バナナ	616	18.9	17.2	2.3
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、小麦粉、パン粉、 油、砂糖、ベーキングパウ ダー、マーマレード	鮭、鶏卵、わかめ、しらす、 味噌、鰹粉、ヨーグ ルト、牛乳、いりこ	胡瓜、みかん、大根、えのきたけ	598	24.6	15.1	2
3月26日	焼うどん ジャーマンポテト いちご	ツナおにぎり いりこ	うどん、油、じゃが芋、米、 マヨネーズ	豚肉、鰹節、ベーコン、 ツナ、いりこ	人参、キャベツ、もやし、玉ね ぎ、いちご	456	17.4	11.6	1.6
3月27日	麦ごはん すき焼き風煮 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、白滝、油、砂糖、小 麦粉、ココア、バター、アー モンドスライス	豚肉、豆腐、海苔、油揚 げ、味噌、鰹粉、鶏卵、 いりこ	白菜、人参、ほうれん草、かぶ	558	19.3	20.6	1.6
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、さつま芋、蒸しパンミッ クス、胡麻	豚肉、チーズ、鶏卵、牛 乳、ひじき、油揚げ、味 噌、鰹粉、いりこ	玉ねぎ、人参、ごぼう	466	21.2	14.6	1.8
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、マヨネーズ、コッペパ ン、ブルーベリージャム	ハム、海苔、ソーセー ジ、クリームチーズ、い りこ	玉ねぎ、人参、えのきたけ、しい たけ、なめこ、枝豆、とうもろこ し、バナナ	536	19.9	15.4	1.9



※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O、1才児クラスのメニューとなります。



給食献立表

卵除去食



令和8年3月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱やかになるもの	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	味噌焼きおにぎり いりこ	スパゲティ、バター、コーン フレーク、砂糖、米、胡麻	鶏肉、牛乳、生クリーム、味 噌、いりこ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、グ リンピース、小松菜、もやし、ト マト、胡瓜、バナナ	582	18.3	11.1	0.7
3月3日	鮭のちらし寿司 菜の花の和え物 澄まし汁	桜餅 (いちごホットケーキ) 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、油、胡麻、ご ま油、麸、白玉粉、小麦粉、 小豆(ホットケーキミックス、 いちごジャム)	鮭、海苔、竹輪、鰹節、鰹 粉、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	494	22.3	9.2	1.2
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	ゼリー いりこ	米、麦、砂糖、油、じゃが 芋、ゼリー	めかじき、チーズ、わかめ、 味噌、鰹粉、いりこ	ピーマン、キャベツ、とうもろこ し	439	22	12.4	1.8
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	コーンフレークケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、胡麻、マヨド レ、砂糖、コーンフレーク、 マジマロ、バター	納豆、鶏肉、ヨーグルト、牛 乳、いりこ	人参、ねぎ、胡瓜、バナナ、みか ん、いちご	580	21.4	18.2	1.4
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、白滝、砂糖、胡麻、 さつま芋、油	豆腐、豚肉、味噌、鰹粉、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、ほ うれん草、まいたけ、ねぎ	555	20.4	17.2	1.9
3月9日	カレーライス キャベツとハムの炒め物 いちご	ココア蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、カレーパウダー、油、蒸 しパンミックス、ココア	鶏ひき肉、ツナ、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	432	15.7	14.7	2.3
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、小麦粉、ベーキングパ ウダー、バター	豚肉、ひじき、しらす、味 噌、鰹粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、菜の花、かぶ、し めじ	538	22.9	16.0	1.9
3月11日	麦ごはん 鱈の蒲焼 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、油、砂糖、 マカロニ、マヨドレ、食パン	鱈、ツナ、味噌、鰹粉、いり こ	胡瓜、人参、とうもろこし、チン ゲン菜、えのきだけ、パセリ	576	20.9	17.6	2.6
3月12日	麦ごはん チキンのレモン風味焼き 春雨のソテー 味噌汁	きなこホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、ごま油、里 芋、ホットケーキミックス、 きな粉	鶏肉、味噌、鰹粉、牛乳、い りこ	レモン果汁、にんにく、レタス、 とうもろこし、人参、玉ねぎ	479	18.2	10.2	2
3月13日	ジャージャー麺 フレンチサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、片栗 粉、油、米	豚肉、味噌、鶏肉、油揚げ、 鰹粉、いりこ	とうもろこし、人参、ねぎ、生 姜、トマト、小松菜、胡瓜、もや し、バナナ、しいたけ、みつば	649	27.9	22.9	1.7
3月16日	麦ごはん 豚肉と生揚げの中華炒め ポテトサラダ クリームコンスープ	小豆ホットケーキ いりこ	米、麦、ごま油、じゃが芋、 マヨドレ、カレー粉、パ ター、ホットケーキミックス、 小豆	豚肉、生揚げ、チーズ、牛 乳、スキムミルク、いりこ	キャベツ、にら、パプリカ、フ ロッコリー、とうもろこし、えの きだけ	650	26.4	20.5	2
3月17日	二色ご飯 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、油、じゃが 芋、中華麺	鶏肉、生揚げ、味噌、鰹粉、 いりこ	生姜、人参、白菜、しめじ、キャ ベツ	623	29	21.4	2.4
3月18日	麦ごはん 鱈の西京焼き 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、マヨドレ、 ホットケーキミックス、シナ モン、油	鱈、味噌、ツナ、刻み昆布、 鰹粉、牛乳、いりこ	キャベツ、胡瓜、トマト、南瓜、 玉ねぎ	566	22.3	17.1	1.8
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、油、砂糖	鶏肉、納豆、寒天、いりこ	生姜、にんにく、フロッコリー、 人参、いちご、りんご果汁、もも	499	18.5	17.4	0.6
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、胡麻、マヨド レ、春雨、ごま油、小麦粉、 ベーキングパウダー、パ ター、あんずジャム	鶏肉、味噌、生クリーム、い りこ	ごぼう、人参、胡瓜、とうもろこ し、小松菜、しいたけ	544	19	17.5	1.7
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、さつま芋、砂糖	豚肉、ツナ、寒天、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマ ン、バナナ	616	18.9	17.2	2.3
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、小麦粉、パン粉、 油、砂糖、ベーキングパウ ダー、マーマレード	鮭、わかめ、しらす、味噌、 鰹粉、ヨーグルト、牛乳、い りこ	胡瓜、みかん、大根、えのきだけ	598	24.6	15.1	2
3月26日	焼うどん ジャーマンポテト いちご	ツナおにぎり いりこ	うどん、油、じゃが芋、米、 マヨドレ	豚肉、鰹節、ツナ、いりこ	人参、キャベツ、もやし、玉ね ぎ、いちご	456	17.4	11.6	1.6
3月27日	麦ごはん ずき焼き風煮 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、白滝、油、砂糖、小 麦粉、ココア、バター、アー モンドスライス	豚肉、豆腐、海苔、油揚げ、 味噌、鰹粉、いりこ	白菜、人参、ほうれん草、かぶ	558	19.3	20.6	1.6
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、さつま芋、蒸しパンミッ クス、胡麻	豚肉、チーズ、牛乳、ひじ き、油揚げ、味噌、鰹粉、い りこ	玉ねぎ、人参、ごぼう	466	21.2	14.6	1.8
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、マヨドレ、コッペパン、 ブルーベリージャム	ツナ、海苔、ソーセージ、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	536	19.9	15.4	1.9

※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。

※赤字は普通メニューと変更になっています。

※マヨネーズはマヨドレに変更しています。

※()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



令和8年3月

エンゼルステーション保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
3月2日	チキンスパゲティ	ばりばりサラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	スパゲティ、鶏むね肉、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、胡瓜、コーンフレーク、バナナ、赤ちゃんせんべい
3月3日	鮭のまぜごはん	菜の花の和え物	澄まし汁	ホットケーキ	米、鮭、人参、さやいんげん、ごま、のり、菜の花、もやし、鰹節、板麩、えのきたけ、チンゲン菜、ホットケーキミックス
3月4日	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	ペビーダノン	米、カジキ、ピーマン、チーズ、わかめ、キャベツ、とうもろこし、じゃが芋、ペビーダノン
3月5日	納豆ごはん	ささみと野菜の胡麻和え	ヨーグルトポンチ	コーンフレーク	米、納豆、人参、万能ねぎ、鶏ささみ、胡瓜、胡麻、バナナ、みかん缶、いちご、ヨーグルト、コーンフレーク、粉ミルク
3月6日	ごはん	肉豆腐・ほうれん草の胡麻和え	味噌汁	蒸かし芋	米、豆腐、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、グリーンピース、ほうれん草、胡麻、まいたけ、ねぎ、さつま芋
3月9日	根菜ごはん	キャベツサラダ	いちご	蒸しパン	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、蒸しパンミックス
3月10日	ごはん	ひじきハンバーグ・菜の花のしらす和え	味噌汁	粉ふきいも	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ひじき、パン粉、菜の花、しらす干し、かぶ、しめじ、じゃが芋
3月11日	ごはん	鮭の塩焼き・マカロニサラダ	味噌汁	パン	米、鮭、マカロニ、きゅうり、人参、とうもろこし、チンゲン菜、えのきたけ、食パン
3月12日	ごはん	鶏ささみの煮物・春雨サラダ	味噌汁	きな粉 ホットケーキ	米、鶏ささみ、春雨、レタス、とうもろこし、人参、里芋、鶏むね肉、玉ねぎ、ホットケーキ、きな粉
3月13日	煮込みそば	フレンチサラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	中華麺、鶏ひき肉、とうもろこし、人参、ねぎ、トマト、小松菜、胡瓜、もやし、バナナ、赤ちゃんせんべい
3月16日	ごはん	鶏肉と生揚げの煮物・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、鶏ささみ、生揚げ、キャベツ、にら、パプリカ、じゃが芋、チーズ、とうもろこし、えのきたけ、ホットケーキミックス、あずき缶
3月17日	二色ごはん	生揚げとじゃが芋のそぼろ煮	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米、鶏ひき肉、人参、生揚げ、鶏ひき肉、じゃが芋、白菜、しめじ、赤ちゃんせんべい
3月18日	ごはん	さわらの西京焼き・ツナ入り野菜サラダ	味噌汁	ホットケーキ	米、さくら、ツナ、キャベツ、胡瓜、トマト、刻み昆布、南瓜、玉ねぎ、ホットケーキミックス
3月19日	ごはん	鶏ささみの煮物・ブロッコリーの納豆和え	いちご	りんご寒天	米、鶏ささみ、ブロッコリー、納豆、人参、いちご、りんご果汁、寒天、もも缶
3月23日	ごはん	鶏肉の胡麻味噌煮・ごぼうサラダ	春雨スープ	ホットケーキ	米、鶏むね肉、胡麻、ごぼう、人参、胡瓜、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	鶏ごはん	キャベツサラダ	バナナ	芋ようかん	米、鶏ささみ、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、バナナ、さつま芋、寒天
3月25日	ごはん	鮭のパン粉煮・胡瓜とわかめの和え物	味噌汁	ホットケーキ	米、鮭、パン粉、胡瓜、わかめ、しらす、みかん缶、大根、えのきたけ、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	赤ちゃんせんべい	うどん、鶏ささみ、人参、キャベツ、もやし、鰹節、じゃがいも、玉ねぎ、いちご、赤ちゃんせんべい
3月27日	ごはん	鶏肉と野菜の煮物・ほうれん草の海苔和え	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、鶏むね肉、豆腐、白菜、人参、ほうれん草、海苔、かぶ、油揚げ、赤ちゃんビスケット
3月30日	ごはん	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、ひじき、大豆、油揚げ、さつま芋、ごぼう、蒸しパンミックス、黒ごま
3月31日	きのこスパゲティ	豆まめサラダ	バナナ	パン	スパゲティ、玉ねぎ、人参、えのきたけ、しいたけ、なめこ、海苔、大豆、枝豆、とうもろこし、バナナ、コッペパン

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。

エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れていきます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

