



3月予定および献立表

2025年2月20日

郡山敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	土	サッカー大会(きりん) 土曜保育	ちゃんぽん ●揚げしゅうまい フルーツ	中華麺、豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、かまぼこ、青ねぎ	●おからクッキー ●牛乳
2	日				
3	月	ひな祭り スイミング(きりん)	★●ひな寿司 そばろ煮 すまし汁	人参、蓮根、高野豆腐、干し椎茸、さやいんげん、桜でんぶ、錦糸卵、のり、チーズ、カニカマ 鶏挽肉、南瓜、じゃが芋、人参、いんげん えのき、てまり麩、三つ葉	★●雛タルト ひなあられ ●牛乳
4	火	体育遊び(りす～)	鱈の西京焼き / 添野菜 ごま和え ★かきたま汁	鱈 / ほうれん草 キャベツ、竹輪、胡瓜、人参、ごま 豆腐、えのき、卵、三つ葉	●もちもちドーナツ ●牛乳
5	水	避難訓練 お習字(きりん)	★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー コールスローサラダ	パン / みかん 牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ブロッコリー、ルウ キャベツ、胡瓜、人参、パプリカ、レーズン	ひじきおにぎり ●牛乳
6	木		根菜と牛肉の韓国風煮 中華風酢の物 白菜のとろとろスープ	牛肉、大根、人参、蓮根、筍、ごぼう、椎茸、ごま、青ねぎ もやし、胡瓜、カニカマ、人参 白菜、人参、竹輪、チンゲン菜	●キャラメルラスク ●牛乳
7	金	Jリーグ(いぬ・きりん)	ミートスパゲティ ひじきサラダ フルーツ	スパゲティ、合挽肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ひじき、ツナ、キャベツ、人参、胡瓜、コーン バナナ	●アップルポテトパイ ●牛乳
8	土	土曜保育 幼児お弁当日 園庭開放	きつねうどん 春巻き ゼリー	うどん、鶏肉、油揚げ、人参、かまぼこ、小松菜 春巻き ゼリー	●ココア蒸しパン ●牛乳
9	日				
10	月	保育料引き落とし けいあいの舎(きりん) E～たいむ(いぬ・くま)	★ささみフライ/添野菜 ★マカロニサラダ みそ汁	ささみ、卵、小麦粉、パン粉/ブロッコリー マカロニ、ツナ、胡瓜、人参、コーン、マヨネーズ 厚揚げ、南瓜、青ねぎ	●プリン ●ビスケット ●牛乳
11	火	体育遊び(りす～) (マラソン大会)	★●つくね焼き / 添野菜 じゃことひじきのサラダ みそ汁	鶏挽肉、玉ねぎ、パン粉、卵、牛乳 / ほうれん草 ひじき、ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン 南瓜、わかめ、青ねぎ	★●カレーチーストースト (マヨネーズ・粉チーズ) ●牛乳
12	水	シーツ交換(乳児) E～たいむ(幼児) お習字(きりん)	鱈の唐揚げ / 添野菜 豚肉とじゃが芋の韓国風炒め ★サンラータン	鱈 / ゆかりキャベツ 豚肉、じゃが芋、人参、青ねぎ 卵、白菜、人参、春雨、椎茸、筍	★●クリームパン ●牛乳
13	木	本願寺遠足(きりん) シーツ交換(幼児)	豚肉のしぐれ煮 ★●ばんさんすう みそ汁	豚肉、人参、玉ねぎ、ごぼう、しらたき、いんげん ハム、胡瓜、人参、もやし 玉ねぎ、しめじ、青ねぎ	だしシヤカポテト ●牛乳
14	金		けんちんうどん 天ぷら フルーツ	うどん、鶏肉、ごぼう、大根、こんにゃく、人参、椎茸、青ねぎ さつま芋、竹輪、黒ごま、青のり りんご	●パイナップルケーキ ●牛乳
15	土	土曜保育	豚丼 お浸し みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、しらたき、青ねぎ 白菜、小松菜、かまぼこ わかめ、えのき	黒糖ちんすこう ●牛乳
16	日				

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	月	お誕生会 大きくなったねパーティー	カレーピラフ/唐揚げ/★●ハムサラダ ナポリタン/添野菜/ポテト ★卵とコーンのスープ/ゼリー	鶏肉、玉ねぎ/鶏肉/ハム、キャベツ、人参、、胡瓜、コーン スパゲティ、人参、玉ねぎ、ツナ/ブロッコリー/ポテト 卵、玉ねぎ、クリームコーン、青ねぎ /ゼリー	★●パースデーケーキ ●牛乳
18	火	体育遊び(りす～)	★三色丼 おかか和え すまし汁 / ●チーズ	鶏挽肉、ほうれん草、錦糸卵 白菜、小松菜、人参、花かつお かまぼこ、わかめ、三つ葉 / チーズ	●シリアルクッキー ●牛乳
19	水	E～たいむ(幼児)	★●パン / フルーツ ●米粉シチュー じゃこサラダ	パン / みかん 鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ブロッコリー、バター、牛乳、米粉 ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、胡瓜、コーン	大学芋 ●牛乳
20	木	春分の日			
21	金		鶏肉のノルウェー風/添野菜 キャベツとパインのサラダ きのこスープ	鶏肉、ケチャップ / ブロッコリー キャベツ、パイン缶、胡瓜、レーズン 玉ねぎ、しめじ、えのき、人参、パセリ	★●スイートブール ●牛乳
22	土	修了式(きりん) 土曜保育 (幼児お弁当日)	焼きそば風スパゲティ ブロッコリーのごま和え ゼリー	スパゲティ、豚肉、キャベツ、人参、もやし ブロッコリー、人参、ごま ゼリー	●ホットケーキ ●牛乳
23	日				
24	月	荷物持ち帰り	わかめご飯/鯛のおろしあん ひじきと高野豆腐の煮物 みそ汁	わかめ / 鯛、大根 ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、玉ねぎ、いんげん さつま芋、玉ねぎ、青ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
25	火	駐車券回収 ぼかぼか遠足 (りす・くま・いぬ)	豆乳担々麺 平天と野菜の煮物 フルーツ	中華麺、豚挽肉、人参、玉ねぎ、大豆、チンゲン菜、ごま、豆乳 平天、じゃが芋、大根、人参、しらたき、椎茸、いんげん 黄桃	中華おこわ ●牛乳
26	水		★●パン /ゼリー ●パンプキンシチュー 大豆サラダ	パン / ゼリー 鶏肉、玉ねぎ、人参、南瓜、しめじ、バター、牛乳、小麦粉 キャベツ、大豆、胡瓜、人参、コーン	★●お好み焼き ●牛乳
27	木		鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 ★ポテトサラダ みそ汁	鶏肉、マーマレード / ブロッコリー ツナ、じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ しめじ、南瓜、青ねぎ	★●ホットドッグ ●牛乳
28	金	終業式	★●ハンバーグ/添野菜 ★●春雨サラダ みそ汁	合挽肉、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉/ほうれん草 春雨、もやし、胡瓜、人参、ハム 白菜、油揚げ、青ねぎ	●苺マフィン ●牛乳
29	土	土曜保育	●エビピラフ グリーンサラダ オニオンスープ	えび、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、バター ブロッコリー、胡瓜、キャベツ 玉ねぎ、パセリ	●どら焼き ●牛乳
30	日				
31	月	協力日 次年度準備	●クリームスパゲティ カニカマサラダ フルーツ	スパゲティ、鶏肉、人参、玉ねぎ、ほうれん草、ルウ カニカマ、キャベツ、人参、胡瓜、コーン パイン	★●パウムクーヘン お茶

- ◆献立の内容は仕入れ等の状況により、変更する場合があります。
- ◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ◆乳児クラスは、朝おやつにせんべいやビスケット等を提供しています。

今月の一人当たりの栄養素(3歳児)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	537	20.1	14.9	247	2.2	225	0.35	0.4	23	4	1.6
平均	574	20.3	17.8	267	2.1	227	0.34	0.46	26	4.7	1.8