



令和8年3月 さくらの木保育園 献立表



・行事・材料等の都合により献立が変更することもありますのでご了承ください。
 ・1. 2歳児は午前中に牛乳を飲みます。
 ・31日の献立は後日別紙にて配布します。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
2 ・ 16 (月)	フランスパン グラタン オリエンタルサラダ 春雨スープ オレンジ	・フランスパン ・鶏肉 玉葱 人参 ピーマン マカロニ 油 塩 胡椒 小麦粉 牛乳 バター パン粉 チーズ パセリ ・キャベツ きゅうり 塩 酢 三温糖 油 コーンフレーク ・春雨 チンゲン菜 人参 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・オレンジ	牛乳 野菜チップス さつま芋 蓮根 油 塩	エネルギー 501kcal たんぱく質 23.4g
3 (火) 雛祭り 	ちらし寿司 シューマイ 菜の花和え そうめんスープ みかん	・米 酢 三温糖 塩 鮭 コーン缶 人参 油揚げ しょうゆ さやえんどう 海苔 ・豚肉 玉葱 塩 胡麻油 しょうゆ 片栗粉 シューマイの皮 ・人参 キャベツ 小松菜 コーン缶 塩 しょうゆ ・そうめん 人参 (2~5歳 蛤)酒 塩 しょうゆ 三つ葉 昆布鰹節 ・みかん	カルピス ひな祭りケーキ 小麦粉 三温糖 油 牛乳 ベーキングパウダー 野菜パウダー 生クリーム いちご	エネルギー 598kcal たんぱく質 20.g
4 ・ 18 (水)	ごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 胡麻キャベツ 豚汁 りんご	・米 ・大豆 鶏肉 生姜 しょうゆ 酒 片栗粉 さつま芋 人参 ほうれん草 油 三温糖 ・キャベツ 胡麻油 ・豚肉 大根 ごぼう 里芋 豆腐 長葱 味噌 煮干 ・りんご	牛乳 たこ焼き 小麦粉 キャベツ 長葱 塩 タコ 片栗粉 鰹節 油 ソース 青のり マヨネーズ	エネルギー 531kcal たんぱく質 22.5g
5 ・ 19 (木)	5日 味噌ラーメン 19日 カレーうどん スコップコロッケ トマト いちご	5日 中華麺 豚肉 キャベツ もやし たら 人参 味噌 塩 胡麻油 コーン缶 昆布鰹節 煮干 19日 うどん 豚肉 玉葱 人参 長葱 しょうゆ 味醂 カレー粉 塩 片栗粉 昆布鰹節 ほうれん草 ・じゃが芋 豚肉 玉葱 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース ・トマト ・いちご	牛乳 フレンチトースト ■食パン 卵 三温糖 牛乳 バター	エネルギー 575kcal たんぱく質 20.1g
6 (金) ・ 30 (月)	ごはん マーボー豆腐 おかか和え 味噌汁 みかん	・米 ・豆腐 豚肉 長葱 生姜 胡麻油 しょうゆ 味噌 三温糖 酒 片栗粉 ・ほうれん草 もやし 人参 しょうゆ 鰹節 ・玉葱 かぼちゃ 味噌 煮干 ・みかん	牛乳 チーズパン フランスパン マヨネーズ 粉チーズ パセリ粉	エネルギー 514kcal たんぱく質 22.2g
7 ・ 21 (土)	ツナサンド コーンチャウダー トマトサラダ 牛乳 いちご	・■コッペパン ツナ缶 きゅうり マヨネーズ ・鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 クリームコーン缶 コーン缶 牛乳 脱脂粉乳 昆布 塩 パセリ ・トマト ブロッコリー 塩 酢 三温糖 ・いちご	牛乳 ●クッキー せんべい	エネルギー 527kcal たんぱく質 22.9g
9 ・ 23 (月)	カレーライス オクラのじゃこ和え そうめんスープ みかん	・米 ・豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 油 生姜 にんにく りんご セロリ ケチャップ ソース 塩 しょうゆ バター 小麦粉 カレー粉 牛乳 ・オクラ 鰹節 しょうゆ しらす もやし ・そうめん ほうれん草 塩 しょうゆ 昆布鰹節 ・みかん	麦茶 フルーツヨーグルト ヨーグルト 三温糖 バナナ みかん缶 いちご りんご ホットケーキ 小麦粉 三温糖 バター ベーキングパウダー	エネルギー 589kcal たんぱく質 20.9g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
10 ・ 24 (火)	ぶどうパン ポークビーンズシチュー フレンチサラダ いちご	<ul style="list-style-type: none"> ■ぶどうパン 豚肉 酒 大豆 じゃが芋 人参 玉葱 油 にんにく トマト缶 ケチャップ 三温糖 塩 バター 小麦粉 生クリーム パセリ粉 昆布 キャベツ きゅうり 人参 酢 三温糖 塩 油 レタス いちご 	牛乳 焼きおにぎり 米 しょうゆ バター	エネルギー 512kcal たんぱく質 23.2g
11 (水) ・ 27 (金)	11日冷やし中華 27日ねばねばうどん 魚のステーキ お浸し オレンジ	<ul style="list-style-type: none"> 11日 中華麺 焼き豚 人参 きゅうり コーン缶 冷やし中華のたれ 27日 うどん 納豆 鰹節 長葱 しょうゆ オクラ 海苔 塩 しょうゆ 味醂 昆布鰹節 かじき 小麦粉 玉葱 りんご 三温糖 しょうゆ 油 白菜 菜の花 しょうゆ わかめ 人参 鰹節 オレンジ 	牛乳 ドーナツ ベーグル 油 粉糖	エネルギー 508kcal たんぱく質 19.9g
13 (金) ・ 26 (木)	ごはん 唐揚げ 元気サラダ 味噌汁 いちご	<ul style="list-style-type: none"> 米 鶏肉 生姜 味醂 しょうゆ 片栗粉 油 キャベツ きゅうり トマト コーン缶 ハム 鰹節 油 酢 三温糖 しょうゆ 塩 豆腐 わかめ 味噌 煮干 いちご 	牛乳 フルーツポンチ パイ添え 桃缶 パイン缶 みかん缶 りんご パイシート 三温糖	エネルギー 515kcal たんぱく質 20.0g
14 ・ 28 (土)	焼きそば ほうれん草の納豆和え わかめスープ みかん	<ul style="list-style-type: none"> 蒸し中華麺 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 油 ソース 塩 青海苔 ほうれん草 納豆 しょうゆ 鰹節 長葱 わかめ 塩 しょうゆ 胡麻油 昆布鰹節 みかん 	牛乳 ■クロワッサン プルーン	エネルギー 578kcal たんぱく質 19.9g
17 (火)	ごはん 魚のパイ包み マカロニサラダ 味噌汁 みかん	<ul style="list-style-type: none"> 米 鮭 味噌 味醂 チーズ 春巻きの皮 油 マカロニ 人参 ブロッコリー ツナ缶 マヨネーズ 塩 コーン缶 さつまいも チンゲン菜 味噌 煮干 みかん 	牛乳 さくらの木クッキー 小麦粉 バター 三温糖	エネルギー 588kcal たんぱく質 21.6g
25 (水)	ごはん ハンバーグ りんごサラダ なめこの味噌汁 オレンジ	<ul style="list-style-type: none"> 米 豚肉 玉葱 片栗粉 塩 油 にんにく ケチャップ ソース キャベツ きゅうり 人参 りんご 酢 油 三温糖 塩 胡椒 豆腐 なめこ 長葱 小松菜 味噌 煮干 オレンジ 	麦茶 ミックスピザ 強力粉 三温糖 食塩 ドライイースト 油 チーズ コーン缶 玉葱 トマト缶 塩 三温糖 ウインナー ピーマン	エネルギー 506kcal たんぱく質 20.2g
12 (木) 誕生会	ハンバーガー フライドポテト カラフルサラダ コーンスープ みかん	<ul style="list-style-type: none"> ■コッペパン 豚肉 玉葱 豆腐 ナツメグ パン粉 牛乳 塩 ケチャップ サニーレタス じゃが芋 油 塩 青海苔 トマト コーン缶 ブロッコリー カリフラワー 酢 三温糖 塩 クリームコーン缶 玉葱 コーン缶 牛乳 人参 さつまいも 塩 昆布 みかん 	牛乳 お楽しみクレープ 牛乳 三温糖 バター 小麦粉 生クリーム グラニュー糖 バナナ 桃缶 みかん缶 いちご ツナ缶 マヨネーズ レタス	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.0g

