

令和8年 3月予定献立表(もも・ぶどう組)※3/16(月)～幼児クラス

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)
献立名	・味噌ラーメン ・さつま芋の甘煮 ・オレンジ	・鮭寿司★ ・花麩入りすまし汁 ・いちごヨーグルト	・イエローロール★ ・スパニッシュオムレツ ・もやしサラダ ・梨ゼリー	・ごはん ・鯖の西京焼き ・きのこ和え ・豆腐のすまし汁	・人参ごはん ・クリームシチュー ・ブロッコリーのマヨ和え ・オレンジ	・そばめし ・大根の味噌汁 ・バナナ	・ビーフライス ・だいこんサラダ ・コーンクリームスープ	・ロールパン★ ・煮込みハンバーグ ・さつま芋サラダ ・ぶどうゼリー	・親子丼 ・豆腐のすまし汁 ・オレンジ	・ラーメン ・南瓜の甘煮 ・バナナ	・ごはん ・鮭の和風あんかけ ・春雨サラダ ・厚揚げの味噌汁	・ごはん ・豆腐の中華煮 ・じゃがバター ・バナナ	・ごはん ・鯖のおろし煮 ・ひじき豆煮 ・かき玉汁	・ハヤシライス ・フレンチサラダ ・オレンジ	・ごはん ・鮭のチーズ焼き ・ごま酢和え ・素麺のすまし汁
材料名および数量(g)	ゆで中華めん 90 豚肉 13.5 もやし 18 カットわかめ 0.27 にんじん 18 コーン缶 7.2 葉ねぎ 2.7 なたね油 9 いりごま 0.45 鳥がら 0.9 味噌 7.2 こいくちしょうゆ 1.8 食塩 0.09 ごま油 0.45 さつまいも 40.5 混合削り節 0.45 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.09 オレンジ 22.5	米 45 紅さけ 22.5 米酢 2.7 たまねぎ 18 にんじん 9 かぼちゃ 13.5 プロセスチーズ 5.4 鶏卵 36 食塩 0.09 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 6.3 もやし 36 きゅうり 9 にんじん 9 油揚げ 2.7 三温糖 0.9 たまねぎ 1.35 ごま油 0.45 米酢 1.8 混合削り節 0.09 いちごヨーグルト 70	イエローロール 22.5 ウインナーソーセージ 3.6 たまねぎ 18 にんじん 9 かぼちゃ 13.5 プロセスチーズ 5.4 鶏卵 36 食塩 0.09 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 6.3 もやし 36 きゅうり 9 にんじん 9 油揚げ 2.7 三温糖 0.9 たまねぎ 1.35 ごま油 0.45 米酢 1.8 混合削り節 0.09 梨ゼリー 70	米 36 にんじん 18 コンソメ 0.45 パセリ 0.09 キャベツ 18 にんじん 9 さやいんげん 5 たまねぎ 9 油揚げ 9 あおのり 0.09 酒 0.9 白ワイン 0.5 本みりん 1.2 コンソメ 1.2 三温糖 3 トマトピューレー 1.8 だいこん 40 にんじん 10 きゅうり 10 コーン缶 5 さつまいも 1 にんじん 9 木綿豆腐 7.2 ほうれんそう 0.8 もずく 0.8 コーン缶 1.2 マヨドレ 0.1 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン 3 牛乳 10	米 36 にんじん 18 コンソメ 0.45 パセリ 0.09 キャベツ 18 にんじん 9 さやいんげん 5 たまねぎ 9 油揚げ 9 あおのり 0.09 酒 0.9 白ワイン 0.5 本みりん 1.2 コンソメ 1.2 三温糖 3 トマトピューレー 1.8 だいこん 40 にんじん 10 きゅうり 10 コーン缶 5 さつまいも 1 にんじん 9 木綿豆腐 7.2 ほうれんそう 0.8 もずく 0.8 コーン缶 1.2 マヨドレ 0.1 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン 3 牛乳 10	米 36 にんじん 18 コンソメ 0.45 パセリ 0.09 キャベツ 18 にんじん 9 さやいんげん 5 たまねぎ 9 油揚げ 9 あおのり 0.09 酒 0.9 白ワイン 0.5 本みりん 1.2 コンソメ 1.2 三温糖 3 トマトピューレー 1.8 だいこん 40 にんじん 10 きゅうり 10 コーン缶 5 さつまいも 1 にんじん 9 木綿豆腐 7.2 ほうれんそう 0.8 もずく 0.8 コーン缶 1.2 マヨドレ 0.1 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン 3 牛乳 10	米 50 牛ミンチ 15 ごぼう 15 豚肉 36 たまねぎ 18 にんじん 12 さやいんげん 5 パン粉 1.35 豆乳 2.7 塩・こしょう 0.09 鶏卵 36 混合削り節 0.9 トマトケチャップ 4.5 三温糖 1.35 トマトピューレー 1.8 はちみつ 0.45 鳥がら 1.08 酒 0.45 さつまいも 40.5 にんじん 9 木綿豆腐 13.5 ほうれんそう 13.5 もずく 4.5 コーン缶 4.5 混合削り節 0.9 バナナ 22.5 食塩 0.18 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン 3 牛乳 10	米 45 牛ミンチ 15 ごぼう 15 豚肉 36 たまねぎ 18 にんじん 12 さやいんげん 5 パン粉 1.35 豆乳 2.7 塩・こしょう 0.09 鶏卵 36 混合削り節 0.9 トマトケチャップ 4.5 三温糖 1.35 トマトピューレー 1.8 はちみつ 0.45 鳥がら 1.08 酒 0.45 さつまいも 40.5 にんじん 9 木綿豆腐 13.5 ほうれんそう 13.5 もずく 4.5 コーン缶 4.5 混合削り節 0.9 バナナ 22.5 食塩 0.18 コーン缶 3.5 クリームコーン缶 10 たまねぎ 15 パセリ 0.1 コンソメ 1 食塩 0.1 薄力粉 4 マーガリン 3 牛乳 10	米 45 鶏肉 13.5 なると 4.5 カットわかめ 0.27 もやし 1.8 にんじん 7.2 コーン缶 7.2 しらたき 9 菜ねぎ 36 食塩 0.09 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 片栗粉 1.8 鳥がら 1.35 はるさめ 2.7 キャベツ 13.5 きゅうり 13.5 ごま油 0.72 三温糖 0.09 食塩 1.35 バナナ 22.5 厚揚げ 18 だいこん 10.8 ごまつな 4.5 しらたき 4.5 混合削り節 0.9 味噌 4.05 オレンジ 22.5	米 36 豚肉 27 さば 27 キャベツ 13.5 たまねぎ 2.7 木綿豆腐 45 にんじん 13.5 酒 0.45 しょうゆ 1.08 干しいたけ 1.08 干しいたけ 1.08 だし汁 0.09 チンゲンサイ 7.2 竹輪 5.4 とんかつソース 4 鳥がら 3.6 トマトピューレー 13.5 トマトケチャップ 8.1 三温糖 1.35 油揚げ 2.7 食塩 0.09 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 食塩 0.18 ほうれんそう 4.5 きゅうり 3.15 ごま油 0.72 片栗粉 1.8 じゃがいも 45 パセリ 0.09 本みりん 0.9 食塩 0.09 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09	米 36 豚肉 27 さば 27 キャベツ 13.5 たまねぎ 2.7 木綿豆腐 45 にんじん 13.5 酒 0.45 しょうゆ 1.08 干しいたけ 1.08 干しいたけ 1.08 だし汁 0.09 チンゲンサイ 7.2 竹輪 5.4 とんかつソース 4 鳥がら 3.6 トマトピューレー 13.5 トマトケチャップ 8.1 三温糖 1.35 油揚げ 2.7 食塩 0.09 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 食塩 0.18 ほうれんそう 4.5 きゅうり 3.15 ごま油 0.72 片栗粉 1.8 じゃがいも 45 パセリ 0.09 本みりん 0.9 食塩 0.09 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09	米 36 豚肉 27 さば 27 キャベツ 13.5 たまねぎ 2.7 木綿豆腐 45 にんじん 13.5 酒 0.45 しょうゆ 1.08 干しいたけ 1.08 干しいたけ 1.08 だし汁 0.09 チンゲンサイ 7.2 竹輪 5.4 とんかつソース 4 鳥がら 3.6 トマトピューレー 13.5 トマトケチャップ 8.1 三温糖 1.35 油揚げ 2.7 食塩 0.09 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 食塩 0.18 ほうれんそう 4.5 きゅうり 3.15 ごま油 0.72 片栗粉 1.8 じゃがいも 45 パセリ 0.09 本みりん 0.9 食塩 0.09 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09	米 45 牛肉 13.5 たまねぎ 36 にんじん 18 味噌 4.5 味噌 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.18 しょうゆ 0.18 酒 0.09 キャベツ 22.5 米酢 1.35 食塩 0.18 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09	米 45 牛肉 13.5 たまねぎ 36 にんじん 18 味噌 4.5 味噌 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.18 しょうゆ 0.18 酒 0.09 キャベツ 22.5 米酢 1.35 食塩 0.18 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09	米 45 牛肉 13.5 たまねぎ 36 にんじん 18 味噌 4.5 味噌 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 食塩 0.18 しょうゆ 0.18 酒 0.09 キャベツ 22.5 米酢 1.35 食塩 0.18 オリーブ油 0.45 そうめん 1.8 たまねぎ 1.35 食塩 0.18 こいくちしょうゆ 1.08 食塩 0.09

エネルギー	542	527	518	510	563	407	563	557	554	506	471	536	550	484	496
たんぱく質	21.2	20.8	19	25.5	18.5	14.7	15.7	20	21.8	18.3	27.7	21.2	27.2	12	21.8

日	21日(土)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	30日(月)	31日(火)
---	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

献立名	・三色ごはん ・具だくさんスープ ・バナナ	・五目うどん ・粉吹きさつま芋 ・オレンジ	・ごはん ・白身魚フライ ・和風サラダ ・りんご	・ごはん ・豆腐の松風焼き ・いろいろ和え ・オレンジ	・ごはん ・鯖の味噌マヨ焼き ・ほうれん草和え ・豆腐のすまし汁	・ミートスパゲティ ・具だくさん卵スープ ・りんご	・鮭チャーハン ・野菜スープ ・バナナ	・チキンカレーライス ・りんごサラダ	
-----	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	---	---------------------------------	---------------------------	-----------------------	--

**【3月の行事食】**

- ★ 3日(火曜日) ひな祭りメニュー
- ★ 4日(水曜日) お誕生日会
- ★ 10日(火曜日) お別れ会



材料名および数量(g)	米 45 鶏ミンチ 22.5 たまねぎ 27 こいくちしょうゆ 3.6 三温糖 2.25 本みりん 1.8 食塩 0.18 コーン缶 4.5 ほうれんそう 18 三温糖 0.9 こいくちしょうゆ 1.8 いりごま 0.9 木綿豆腐 18 キャベツ 9 じゃがいも 10.8 カットわかめ 0.18 コンソメ 0.9 食塩 0.09 バナナ 22.5	ゆでうどん 90 豚肉 18 油揚げ 3.6 かまぼこ 9 にんじん 13.5 葉ねぎ 4.5 カットわかめ 0.45 混合削り節 0.9 なたね油 1.62 食塩 0.6 片栗粉 0.18 まぐろ油漬缶 7.2 カットわかめ 0.45 きゅうり 18 水 7.2 キャベツ 18 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 はくさい 0.9 にんじん 0.18 きゅうり 9 コーン缶 4.5 塩昆布 1.35 オレンジ 22.5	米 36 カラスガレイ 45 食塩 0.09 薄力粉 4.05 パン粉 9 鶏卵 6.3 牛乳 4.05 なたね油 2.7 とんかつソース 4.5 まぐろ油漬缶 7.2 カットわかめ 0.45 きゅうり 18 水 7.2 片栗粉 0.54 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 はくさい 0.9 にんじん 0.18 きゅうり 9 コーン缶 4.5 混合削り節 0.9 塩昆布 1.35 オレンジ 22.5	米 36 鶏ミンチ 18 木綿豆腐 54 たまねぎ 18 にんじん 9 味噌 1.35 パセリ 0.18 コンソメ 1.08 トマトケチャップ 1.07 白ワイン 0.45 三温糖 1.8 とんかつソース 3.6 さつまいも 13.5 ごま油 0.9 チンゲンサイ 4.5 だいこん 9 もやし 9 鶏卵 18 コンソメ 1.08 食塩 0.18 パセリ 0.09 りんご 22.5	米 36 合挽きミンチ 36 ホルトマト 18 たまねぎ 27 にんじん 4.5 ピーマン 9 マッシュルーム水煮 5.4 コンソメ 1.08 トマトケチャップ 1.07 白ワイン 0.45 三温糖 1.8 とんかつソース 3.6 木綿豆腐 18 じゃがいも 10.8 にんじん 4.5 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 鳥がら 1.08 食塩 0.18 バナナ 22.5	米 45 鶏肉 27 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 10.8 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 オリーブ油 0.45 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 三温糖 0.9 食塩 0.18	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 10.8 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 オリーブ油 0.45 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 三温糖 0.9 食塩 0.18	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 10.8 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 オリーブ油 0.45 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 三温糖 0.9 食塩 0.18	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 10.8 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 オリーブ油 0.45 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 三温糖 0.9 食塩 0.18	米 45 鶏肉 18 じゃがいも 27 にんじん 13.5 たまねぎ 36 コーン缶 3.15 はちみつ 1.35 コンソメ 1.08 薄力粉 6.3 マーガリン 4.05 カレー粉 0.27 こいくちしょうゆ 1.35 白ワイン 0.18 トマトケチャップ 1.08 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 10.8 キャベツ 22.5 きゅうり 13.5 オリーブ油 0.45 米酢 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 三温糖 0.9 食塩 0.18
-------------	--	---	---	--	--	---	---	---	---	---

献立名	おかし ぎゅうにゅう	ごま入りおかし 牛乳	カレーマヨラスク ぎゅうにゅう	じゃが餅 牛乳	りんご入りホットケーキ 牛乳	洋風おにぎり 牛乳	おかし 牛乳	ほうれん草入り 牛乳	おかし 牛乳
エネルギー	470	443	524	438	515	535	439	504	192
たんぱく質	16.1	17.6	23.6	18.3	23.2	23.5	17.4	15.3	6.2

新年度準備日

**【手作りおやつ材料】**

- 2日(月) 米、青菜ふりかけ、しらす干し、白ごま
- 3日(火) 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、バター、黄桃缶
- 4日(水) 薄力粉、ココアパウダー、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、バター
- 5日(木) ドックパン、なたね油、きな粉、グラニュー糖、塩
- 6日(金) おつゆ麩、バター、三温糖
- 9日(月) 薄力粉、卵、三温糖、バター
- 10日(火) 無糖ヨーグルト、みかん缶、黄桃缶、パイナップル缶、バナナ、三温糖
- 11日(水) 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、ウインナー、なたね油、ケチャップ
- 12日(木) 米、天かす、青のり、三温糖、しょうゆ、みりん
- 13日(金) 食パン、玉ねぎ、ロースハム、パセリ、なたね油、塩、ケチャップ、とろけるミックスチーズ
- 16日(月) おから、薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、なたね油
- 17日(火) 食パン、卵、牛乳、三温糖、バター
- 18日(水) さつまいも、なたね油、三温糖、しょうゆ、水
- 19日(木) コーンフレーク、マシュマロ、マーガリン
- 23日(月) 米、花かつお、白ごま、しょうゆ、みりん
- 24日(火) ロールパン、マヨネーズ、カレー粉、パセリ
- 25日(水) じゃがいも、三温糖、バター、片栗粉、しょうゆ、みりん
- 26日(木) りんご、薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、バター、塩
- 27日(金) 米、水煮大豆、人参、ベーコン、コンソメ、パセリ
- 30日(月) ほうれん草、薄力粉、ベーキングパウダー、重曹、卵、三温糖、牛乳、バター、練乳、油、メープルシロップ

