



# 2026年 3月給食献立表



ながさわ保育園

日	曜	3才未満児 午前おやつ	献立名	材 料 名	午後のおやつ
2	月	牛乳 お菓子	ごはん・豚肉の五目炒め・ チンゲン菜のスープ	豚肉・白菜・玉ねぎ・ピーマン・人参・ごま油/ベーコン・チンゲン菜・ 玉ねぎ・人参・コーン缶詰	お茶・お菓子
3	火	牛乳 果物	洋風ちらし寿司・ なばなのすまし汁・ゼリー	きゅうり・ハム・人参・干し椎茸・コーン缶詰・紅しょうが/なばな・玉ねぎ・ 人参・豆腐・油揚げ/ゼリー	牛乳・ひなあられ
4	水	牛乳 お菓子	ひじきごはん・キャベツの塩昆布和え・ 大根のすまし汁	鶏肉・ひじき・人参・ごぼう・油揚げ/キャベツ・塩昆布/大根・玉ねぎ・人参・ えのき茸・豆腐・ねぎ/黒蒸し粉	牛乳・黒蒸しパン
5	木	牛乳 果物	パン・ポークチャップ・ マカロニサラダ	コッペパン/豚肉・玉ねぎ・しめじ・トマト缶・ケチャップ/マカロニ・人参・ きゅうり・ハム・マヨネーズ/しそふりかけ	しそおにぎり
6	金	牛乳 お菓子	ごはん・鶏肉と豆腐のうま煮・ もやしのごま和え	鶏肉・しょうが・豆腐・玉ねぎ・人参/もやし・きゅうり・人参・ツナ・ごま	牛乳・お菓子
7	土	お茶 果物	豚丼・さつまいものみそ汁・ オレンジ	人参・玉ねぎ・豚肉・しらたき・ねぎ/人参・さつまいも・玉ねぎ・油揚げ/ オレンジ	お茶・お菓子
9	月	牛乳 お菓子	ごはん・白身魚のカップ蒸し・ 小松菜のすまし汁	メカジキ・キャベツ・しめじ・人参・ねぎ/小松菜・玉ねぎ・人参・大根・ 油揚げ/ジョア/豆乳・きな粉	ジョア・豆乳もち
10	火	牛乳 果物	和風スパゲティ・ さつまいものすまし汁	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・椎茸・人参・ねぎ・バター・ウインナー/ さつまいも/人参・小松菜・大根・玉ねぎ	牛乳・お菓子
11	水	牛乳 お菓子	パン・豆腐ハンバーグ・レタス・ トマト・野菜スープ	コッペパン/豚ひき肉・しょうが・豆腐・玉ねぎ・パン粉/レタス・マヨネーズ/ トマト/ベーコン・キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・もやし・ねぎ	牛乳・お菓子
12	木	牛乳 果物	ごはん・高野豆腐の煮物・ 玉ねぎのみそ汁	高野豆腐・鶏肉・れんこん・ごぼう・人参/玉ねぎ・白菜・人参・しめじ・ねぎ	牛乳・お菓子
13	金	牛乳 お菓子	ごはん・ドライカレー ・切干大根のサラダ	パセリ・バター・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しぶどう・カレー粉・ 小麦粉・ケチャップ・ソース/切干大根・きゅうり・人参・ツナ・ごま・ごま油/ 食パン・マーガリン・きな粉	牛乳・きな粉サンド
14	土	お茶 果物	チキンライス・コーンスープ・ オレンジ	鶏肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ/人参・コーン缶・ クリームコーン缶・玉ねぎ・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
16	月	牛乳 お菓子	ごはん・鶏肉のさっぱり煮・ じゃがいものみそ汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ/じゃがいも・人参・小松菜・ごぼう・油揚げ	牛乳・お菓子
17	火	牛乳 果物	中華うどん・小魚和え	うどん・豚肉・白菜・玉ねぎ・もやし・人参・チンゲン菜・ごま油/ ちりめんじゃこ・レタス・きゅうり・人参/ロールパン・ウインナー・キャベツ・ ケチャップ	牛乳・ホットドッグ
18	水	牛乳 お菓子	パン・菜の花蒸し・ ポイルキャベツ・白菜スープ	コッペパン/豚ひき肉・しょうが・玉ねぎ・豆腐・コーン缶詰・グリーンピース・ パン粉/キャベツ・ソース/ベーコン・白菜・人参・しめじ・ねぎ	牛乳・お菓子
19	木	牛乳 果物	わかめごはん・鶏肉のレモン揚げ・ ブロッコリー・トマト・コンソメスープ・ バナナ	炊き込みわかめ/鶏肉・レモン/ブロッコリー・マヨネーズ/トマト/ベーコン・ 玉ねぎ・人参・ねぎ/バナナ/ジョア	ジョア・ カップケーキ
21	土	お茶 果物	カレーライス・コーンスープ・ オレンジ	豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・カレールウ/玉ねぎ・人参・コーン缶・ クリームコーン缶・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
23	月	牛乳 お菓子	ごはん・煮魚・ えのき茸のすまし汁	カラスガレイ・しょうが・ごぼう/えのき茸・人参・小松菜・玉ねぎ・油揚げ・ 豆腐/白蒸し粉・あずき缶詰	牛乳・ あずき蒸しパン
24	火	牛乳 果物	ごはん・チンジャオロースー・ 中華スープ	豚肉・しょうが・にんにく・ピーマン・人参・たけのこ/ベーコン・人参・ 玉ねぎ・チンゲン菜・しめじ	牛乳・お菓子
25	水	牛乳 お菓子	ごはん・豚肉とキャベツ炒め・ もやしのナムル	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参/もやし・人参・小松菜・ごま・ごま油	牛乳・お菓子
26	木	牛乳 果物	赤飯・肉サラダ・ さつまいものすまし汁	小豆/牛肉・白滝・人参・もやし・きゅうり・しょうが・レタス・ごま/豆腐・ さつまいも/玉ねぎ・えのき茸・人参・ねぎ/100%果汁/ロールパン・きな粉	100%果汁・ 揚げパン
27	金	牛乳 お菓子	ごはん・煮やっこの肉みそかけ・ 五目汁	豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ねぎ/人参・玉ねぎ・えのき茸・油揚げ	牛乳・お菓子
28	土	お茶 果物	スパゲティミートソース・ コンソメスープ・オレンジ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ケチャップ・ソース/玉ねぎ・ 人参・じゃがいも・パセリ/オレンジ	お茶・お菓子
30	月	牛乳 お菓子	ごはん・豚肉と大根のみそ煮・ 白菜のすまし汁	豚肉・大根・玉ねぎ・人参・しめじ・グリーンピース/白菜・玉ねぎ・人参・ねぎ・ 麩	牛乳・お菓子
31	火	牛乳 果物	クリームスパゲティ・フレンチサラダ	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ・コーン缶詰・ クリームコーン缶・牛乳・小麦粉/レタス・きゅうり・トマト・ハム	牛乳・お菓子

※ 厳選した食材を使用しておりますので、献立が一部変更になる場合がございます。

