

3月行事・献立予定

令和7年度

あさひ保育所

日 曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
2 月	身体測定	御飯 ♥焼きそば ごぼうのから揚げ 白ネギのあったかスープ バナナ	米 中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし 青のり ごぼう ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 かつ しめじ しょうが バナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 オープンサンド
3 火	ひなまつり会	ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご	米 卵 人参 蓮根 かんぴょう 椎茸 さやえんどう きゅうり 鶏肉 にんにく しょうが フロッコリー 人参 チーズ 菜の花 手毬麩 いちご	飲むヨーグルト	牛乳 いちごロールケーキ
4 水		御飯 若鶏の中華漬け かみかみ和え 豆腐の中華スープ オレンジ	米 鶏肉 生姜 にんにく ねぎ 切干大根 キャベツ きゅうり 人参 ごま ハム 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 ビスケット	ヨーグルト
5 木	お別れ遠足	お弁当の日		りんごジュース	アイスクリーム
6 金		御飯 ほうれん草のグラタン フロッコリーのドレッシング和え ベーコンスープ パイン	米 鶏肉 マカロニ 玉ねぎ ほうれん草 バター 牛乳 チーズ フロッコリー きゅうり 人参 ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 人参 パセリ パイン	牛乳 スティックパン	♥おにぎり
7 土				牛乳 サブレ	
9 月		御飯 野菜ラーメン キャベツの中華和え ウインナー バナナ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 白菜 もやし ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 ウインナー バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい
10 火	交通安全指導	御飯 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 ♥さつま芋ポタージュ みかん	米 鮭 ひじき 人参 さつま揚げ いんげん さつま芋 じゃが芋 玉ねぎ パセリ バター 牛乳 みかん	牛乳 せんべい	牛乳 じゃこチーズトースト
11 水		御飯 チャプチェ きゅうりとささ身の和え物 わかめスープ バナナ	米 春雨 牛肉 人参 玉ねぎ たら だけのご ごま 鶏肉 きゅうり しめじ 人参 ごま わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 バナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 ♥ホットケーキ
12 木	お別れ会	お別れ会メニュー	米 鶏肉 人参 ごぼう 油揚げ 椎茸 しめじ エビ フロッコリー きゅうり レタス スパゲティ チーズ じゃがいも いちご	りんごジュース	♥フルーツパフェ
13 金		御飯 ♥チーズバーグ グリーンサラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ 卵 牛乳 チーズ フロッコリー レタス きゅうり 人参 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ バナナ	牛乳 りんご	牛乳 揚げせんべい
14 土				牛乳 クッキー	
16 月		御飯 ♥ミートスパゲッティ キャベツのフレンチサラダ 野菜のミルクのスープ グレープフルーツ	米 スパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり フロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ほうれん草 牛乳 グレープフルーツ	牛乳 米菓子	牛乳 ビスケット
17 火	避難訓練	御飯 ♥かき揚げ ほうれん草の磯香和え 油揚げの味噌汁 オレンジ	米 たまねぎ人参 春菊 ほうれん草 人参 もやし のり佃煮 油揚げ 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	りんごゼリー	牛乳 ♥フレンチトースト
18 水		御飯 焼鯖の夕焼けソース フロッコリーの香りと和え わかび〜ふりかけ なめこ汁 バナナ	米 鯖 人参 フロッコリー 人参 かつお節 しそわかめ ビーマン 人参 なめこ 豆腐 ねぎ バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 塩せんべい
19 木	食育の日	★おからとポテトのお焼き 切干大根としめじのサラダ 牛乳味噌スープ いちご	米 おから じゃが芋 人参 椎茸 グリンピース 切干大根 ツナ しめじ パプリカ きゅうり 牛乳 玉ねぎ コーン ねぎ いちご	ヨーグルト	牛乳 ★野菜ポッキー
21 土				牛乳 クラッカー	
23 月		御飯 肉うどん ウインナー ほうれん草のおかか和え オレンジ	米 うどん 豚肉 生姜 玉ねぎ 人参 ねぎ なると ウインナー ほうれん草 人参 もやし かつお節 オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ♥ピザトースト
24 火		御飯 ♥餃子 さわやかキャベツ ベーコンスープ バナナ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 餃子の皮 生姜焼 キャベ きゅうり ハム 人参 パイン ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 パセリ バナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 ビスケット
25 水		御飯 ♥かりん揚げ フロッコリーサラダ 豆腐の味噌汁 いちご	米 豚肉 フロッコリー もやし 人参 ごま 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ いちご	牛乳 バナナ	牛乳 ♥フルーツサンド
26 木	修了式	ボークカレーライス 福神漬け オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 福神漬け オレンジ	牛乳 米菓子	飲むヨーグルト せんべい
27 金		御飯 煮魚 マカロニサラダ 小松菜と花麩のすまし汁 りんご	米 赤魚 生姜 キャベツ マカロニ きゅうり 人参 コーン チーズ 玉ねぎ 小松菜 麩 ねぎ りんご	牛乳 ウエハース	牛乳 黒糖蒸しパン
28 土				牛乳 ビスケット	
30 月		御飯 きつねうどん ほうれん草のしらす和え チーズ パイン	米 うどん 油揚げ 玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 人参 しらす干し チーズ パイン	牛乳 バナナ	牛乳 クッキー
31 火		御飯 魚フライ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	米 おひょう 卵 じゃがいも きゅうり ハム 人参 キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 ビスケット

ひなまつり会・・・ちらし寿司 鶏肉の竜田揚げ ポイル野菜 チーズ 菜の花のすまし汁 いちご

お別れ会・・・炊き込みご飯 エビフライ フロッコリーサラダ たらこスパゲッティ キャラクターチーズ フライドポテト いちご

食育の日のサンプル展示は5歳児です。主食（御飯）の量は120gです。

今月の果物はいちご、りんご、パイン、オレンジ、グレープフルーツ。バナナを予定しています。

都合により献立を変更する場合があります。★印は新メニューです。♥印はリクエストメニューです。