



2025年3月給食だより



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	星っこ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ (パイン缶)	豚肉 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ パイン (缶詰)	米(国産)・油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
3	月	白い風船ミルククリーム お茶	ちらし寿司 ほうれん草のごま和え すまし汁 フルーツ (白桃缶)	ピンクサーモン 豆腐	ちらし寿司の素・人参・のり・さやえんどう ほうれん草・人参 青ねぎ 白桃(缶詰)	米(国産) 白ごま てまり麩	塩 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	ひし餅三色ゼリー お茶	菱形三色ゼリー 麦茶
4	火	ソフトサラダ お茶	味噌煮込みうどん ほうれん草の磯辺和え フルーツ (バナナ)	鶏肉・油揚げ・みそ	人参・小松菜・大根・青ねぎ・だし昆布 ほうれん草・もやし・人参・のり バナナ	うどん 砂糖	だし・本みりん 醤油	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
5	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の塩こうじ焼 キャベツのごまネーズ和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	たらちくわ 赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・わかめ パイン (缶詰)	油 マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 米(国産)・押麦 じゃが芋	塩こうじ だし	きなこマカロニ お茶	マカロニ・きな粉・砂糖 塩・黒砂糖 麦茶
6	木	ぼたぼた焼 お茶	高野豆腐のチリコンカン風 フロッキーサラダ ごはん スープ フルーツ (みかん缶)	鶏ひき肉・凍り豆腐	人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工) フロッキー・コーン・人参 大根・小松菜・人参 みかん(缶詰)	油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩 酢・塩 コンソメ	スイートポテト 牛乳	さつまいも・バター 砂糖 牛乳
7	金	星っこ お茶	醤油ラーメン 大根の中華サラダ 肉しゅうまい	豚肉 かつおフレーク 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし きゅうり・大根・コーン	ラーメン・油・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 醤油・酢	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
8	土	豆花クッキー お茶	鶏肉と野菜のあんかけ丼 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	鶏肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・さやえんどう・しいたけ ほうれん草 みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		
10	月	ソフトサラダ お茶	ミートソーススパゲティ チキンサラダ スープ フルーツ (パイン缶)	豚ひき肉・鶏ひき肉 チキンフレーク	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ キャベツ・きゅうり・コーン 小松菜・大根・しめじ パイン (缶詰)	スパゲティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 コンソメ・塩	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
11	火	白い風船ミルククリーム お茶	ツナとコーンのピラフ 鶏肉の唐揚げ さつまいもサラダ 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	ツナフレーク 鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	コーン・玉ねぎ・人参・ドライパセリ しょうが 人参・きゅうり キャベツ みかん(缶詰)	米(国産)・バター 小麦粉・でん粉・油 さつまいも・マヨネーズタイプ(卵不使用)	コンソメ・塩 醤油・料理酒 塩 だし	お誕生日ケーキ(オレンジ) 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・オレンジ 牛乳
12	水	かぼちゃポーロ お茶	カレーライス フレンチサラダ スープ フルーツ (バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ コーン・フロッキー・玉ねぎ バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・豆乳 牛乳
13	木	ぼたぼた焼 お茶	サバの味噌煮 キャベツの塩昆布和え 焼かぼちゃ ごはん すまし汁	さば・白みそ	しょうが キャベツ・きゅうり・塩昆布 かぼちゃ ほうれん草・玉ねぎ・わかめ	砂糖 油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 塩 だし・醤油・塩	マシュマロサンドクッキー 牛乳	クッキー・マシュマロ 牛乳
14	金	豆花クッキー お茶	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 中華スープ フルーツ (白桃缶)	豆腐・豚ひき肉・鶏ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ 人参・きゅうり もやし・小松菜・コーン 白桃(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・料理酒・鶏がらスープ 酢・醤油 鶏がらスープ	青りんごゼリー 牛乳	青りんごゼリーの素 牛乳
15	土	星っこ お茶	豚丼 味噌汁 フルーツ (パイン缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・大根 パイン (缶詰)	米(国産)・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		
17	月	かぼちゃポーロ お茶	コロケ ポテトサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	豆腐・赤みそ・白みそ	人参・きゅうり・コーン わかめ・玉ねぎ オレンジ	牛肉コロケ・油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	中濃ソース 塩 だし	豆乳フレンチトースト 牛乳	食パン・豆乳・砂糖 バター・グラニュー糖 牛乳
18	火	ぼたぼた焼 お茶	サンマメン キャベツのおかか和え フルーツ (パイン缶)	豚肉 かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし キャベツ・きゅうり・人参 パイン (缶詰)	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 醤油	昆布おにぎり お茶	米(国産) 塩昆布 麦茶
19	水	白い風船ミルククリーム お茶	サーモンのタルタル焼 花野菜サラダ スープ フルーツ (バナナ)	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ カリフラワー・フロッキー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ バナナ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖・オリーブ油	塩 酢・塩・醤油 コンソメ	アップルパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしりんご 牛乳
21	金	星っこ お茶	焼きそば 三色ナムル 中華スープ フルーツ (白桃缶)	豚肉・かつお節 豆腐	人参・キャベツ・もやし・あおさのり もやし・小松菜・人参・にんにく 大根・さやえんどう 白桃(缶詰)	焼きそば用麺・油 白ごま・砂糖・調合ごま油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 醤油・塩 鶏がらスープ	パインゼリー 牛乳	パインゼリーの素 牛乳
22	土	ソフトサラダ お茶	スタミナ焼肉丼 すまし汁 フルーツ (みかん缶)	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・塩		
24	月	豆花クッキー お茶	焼豚チャーハン ほうれん草とキャベツの和え物 中華スープ フルーツ (パイン缶)	焼豚 かつお節 豆腐	玉ねぎ・人参・青ねぎ ほうれん草・キャベツ キャベツ・小松菜 パイン (缶詰)	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 醤油・本みりん 鶏がらスープ	きなこちんすこう お茶	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 麦茶
25	火	白い風船ミルククリーム お茶	ハンバーガー コールスローサラダ フライドポテト スープ	ハンバーグ・チーズ	キャベツ・きゅうり・人参・コーン 小松菜・大根・人参	バーガーパン(パンズ) マヨネーズタイプ(卵不使用) ポテトフライ・油	トマトケチャップ 酢 塩 コンソメ・塩	中華風カステラ 牛乳	卵・砂糖・小麦粉 牛乳・バター・ベーキングパウダー 牛乳
27	木	ぼたぼた焼 お茶	まぐろフライ 小松菜と白菜の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ (みかん缶)	まぐろカツ 納豆 赤みそ・白みそ	小松菜・白菜・人参 大根・しめじ・人参 みかん(缶詰)	油 米(国産)	醤油 だし	お麩のラスク 牛乳	おつゆ・バター 砂糖 牛乳
28	金	星っこ お茶	鶏肉の味噌焼 がんもの煮物 ごはん すまし汁 フルーツ (バナナ)	鶏肉・赤みそ がんもどき	大根・人参 玉ねぎ・ほうれん草 バナナ	砂糖・油 砂糖・でん粉 米(国産) さつまいも	本みりん 醤油・料理酒・だし だし・醤油・塩	いちごゼリー 牛乳	いちごゼリーの素 牛乳
31	月	かぼちゃポーロ お茶	きつねうどん もやしとチンゲン菜の和え物 フルーツ (オレンジ)	油揚げ・鶏肉 かつお節	ほうれん草・人参・大根・だし昆布 もやし・チンゲン菜・人参 オレンジ	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー502kcal たんぱく質17.3g 脂質13.7g カルシウム182mg 食塩相当量1.9g
(3歳未満) エネルギー443kcal たんぱく質15.7g 脂質12.0g カルシウム137mg 食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2025年3月給食だより（完了期）

SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	星っこ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ（パイン缶）	豚肉 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ パイン（缶詰）	米(国産)・油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
3	月	ベビースティック お茶	ちらし寿司 ほうれん草のごま和え すまし汁 フルーツ（白桃缶）	ピンクサーモン 豆腐	ちらし寿司の素・人参・のり・さやえんどう ほうれん草・人参 青ねぎ 白桃(缶詰)	米(国産) 白ごま てまり麩	塩 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	ひし餅三色ゼリー お茶	菱形三色ゼリー 麦茶
4	火	野菜ハイハイ お茶	味噌煮込みうどん ほうれん草の磯辺和え フルーツ（バナナ）	鶏肉・油揚げ・みそ	人参・小松菜・大根・青ねぎ・だし昆布 ほうれん草・もやし・人参・のり バナナ	うどん 砂糖	だし・本みりん 醤油	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
5	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の塩こうじ焼 キャベツのごまネーズ和え ごはん 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	たら ちくわ 赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・コーン 玉ねぎ・わかめ パイン（缶詰）	油 マヨネーズ(卵不使用)・白ごま 米(国産) じゃが芋	塩こうじ だし	きなこマカロニ お茶	マカロニ・きな粉・砂糖 塩・黒砂糖 麦茶
6	木	ハイハイ お茶	高野豆腐のチリコンカン風 フロッコリーサラダ ごはん スープ フルーツ（みかん缶）	鶏ひき肉・凍り豆腐	人参・玉ねぎ・ピーマン・にんにく・トマト(加工) フロッコリー・コーン・人参 大根・小松菜・人参 みかん(缶詰)	油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・カレーパウダー・コンソメ・塩 酢・塩 コンソメ	スイートポテト 牛乳	さつまいも・バター 砂糖 牛乳
7	金	ベビースティック お茶	醤油ラーメン 大根の中華サラダ 肉しゅうまい	豚肉 かつおフレーク 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・もやし きゅうり・大根・コーン	ラーメン・油・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 醤油・酢	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
8	土	豆花クッキー お茶	鶏肉と野菜のあんかけ丼 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	鶏肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・さやえんどう・しいたけ ほうれん草 みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		
10	月	かぼちゃポーロ お茶	ミートソースパグティ チキンサラダ スープ フルーツ（パイン缶）	豚ひき肉・鶏ひき肉 チキンフレーク	玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ キャベツ・きゅうり・コーン 小松菜・大根・しめじ パイン（缶詰）	パグティ・オリーブ油・油・小麦粉・砂糖 マヨネーズ(卵不使用)	トマトケチャップ・ウスターソース・塩 コンソメ・塩	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
11	火	ハイハイ お茶	ツナとコーンのピラフ 鶏肉の照焼 さつまいもサラダ 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	ツナフレーク 鶏肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	コーン・玉ねぎ・人参・ドライパセリ しょうが 人参・きゅうり キャベツ みかん(缶詰)	米(国産)・バター 油・砂糖 さつまいも・マヨネーズ(卵不使用)	コンソメ・塩 醤油・本みりん 塩 だし	お誕生日ケーキ(オレンジ) 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・油・オレンジ 牛乳
12	水	かぼちゃポーロ お茶	カレーライス フレンチサラダ スープ フルーツ（バナナ）	豚肉	玉ねぎ・人参 コーン・人参・キャベツ コーン・フロッコリー・玉ねぎ バナナ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	黒糖蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 黒砂糖・豆乳 牛乳
13	木	ベビースティック お茶	白身魚の味噌煮 キャベツの和え物 焼かぼちゃ ごはん すまし汁	たら・白みそ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参 かぼちゃ ほうれん草・玉ねぎ・わかめ	砂糖 油 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油 塩 だし・醤油・塩	マジマロサンドクッキー 牛乳	クラッカー・マジマロ 牛乳
14	金	豆花クッキー お茶	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 中華スープ フルーツ（白桃缶）	豆腐・豚ひき肉・鶏ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ 人参・きゅうり もやし・小松菜・コーン 白桃(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・料理酒・鶏がらスープ 酢・醤油 鶏がらスープ	青りんごゼリー 牛乳	青りんごゼリーの素 牛乳
15	土	ハイハイ お茶	豚丼 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ほうれん草・大根 パイン（缶詰）	米(国産)・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし		
17	月	かぼちゃポーロ お茶	焼きコロッケ ポテトサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豆腐・赤みそ・白みそ	人参・きゅうり・コーン わかめ・玉ねぎ オレンジ	牛肉コロッケ・油 じゃが芋・マヨネーズ(卵不使用) 米(国産)	中濃ソース 塩 だし	豆乳フレンチトースト 牛乳	食パン・豆乳・砂糖 バター・グラニュー糖 牛乳
18	火	ベビースティック お茶	サンマメン キャベツのおかか和え フルーツ（パイン缶）	豚肉 かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし キャベツ・きゅうり・人参 パイン（缶詰）	ラーメン・油・でん粉・調合ごま油	醤油・中華だし・塩・オイスターソース 醤油	昆布おにぎり お茶	米(国産) 塩昆布 麦茶
19	水	野菜ハイハイ お茶	サーモンのタルタル焼 花野菜サラダ スープ フルーツ（バナナ）	ピンクサーモン	ドライパセリ・玉ねぎ カリフラワー・フロッコリー・コーン しめじ・ほうれん草・玉ねぎ バナナ	小麦粉・油・マヨネーズ(卵不使用) 砂糖・オリーブ油	塩 酢・塩・醤油 コンソメ	アップルパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしりんご 牛乳
21	金	ハイハイ お茶	焼きそば 三色ナムル 中華スープ フルーツ（白桃缶）	豚肉・かつお節 豆腐	人参・キャベツ・もやし・あおさのり もやし・小松菜・人参・にんにく 大根・さやえんどう 白桃(缶詰)	焼きそば用麺・油 白ごま・砂糖・調合ごま油	焼きそばソース(粉)・中濃ソース 醤油・塩 鶏がらスープ	パインゼリー 牛乳	パインゼリーの素 牛乳
22	土	ベビースティック お茶	スタミナ焼肉丼 すまし汁 フルーツ（みかん缶）	豚肉	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・塩		
24	月	豆花クッキー お茶	焼豚チャーハン ほうれん草とキャベツの和え物 中華スープ フルーツ（パイン缶）	焼豚 かつお節 豆腐	玉ねぎ・人参・青ねぎ ほうれん草・キャベツ キャベツ・小松菜 パイン（缶詰）	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 醤油・本みりん 鶏がらスープ	きなこちんすこう 牛乳	小麦粉・きな粉・油 砂糖・塩 牛乳
25	火	かぼちゃポーロ お茶	ハンバーガー コールスローサラダ 焼きじゃが芋 スープ	ハンバーグ・チーズ	キャベツ・きゅうり・人参・コーン 小松菜・大根・人参	バーガーパン(パンズ) マヨネーズ(卵不使用) じゃが芋・油	トマトケチャップ 酢 塩 コンソメ・塩	中華風カステラ 牛乳	卵・砂糖・小麦粉 牛乳・バター・ベーキングパウダー 牛乳
27	木	ハイハイ お茶	白身魚の甘辛焼 小松菜と白菜の納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	たら 納豆 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・白菜・人参 大根・しめじ・人参 みかん(缶詰)	砂糖・油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油 だし	お麩のラスク 牛乳	おつゆ餅・バター 砂糖 牛乳
28	金	ベビースティック お茶	鶏肉の味噌焼 がんもの煮物 ごはん すまし汁 フルーツ（バナナ）	鶏肉・赤みそ がんもどき	大根・人参 玉ねぎ・ほうれん草 バナナ	砂糖・油 砂糖・でん粉 米(国産) さつまいも	本みりん 醤油・料理酒・だし だし・醤油・塩	いちごゼリー 牛乳	いちごゼリーの素 牛乳
31	月	かぼちゃポーロ お茶	きつねうどん もやしとチンゲン菜の和え物 フルーツ（オレンジ）	油揚げ・鶏肉 かつお節	ほうれん草・人参・大根・だし昆布 もやし・チンゲン菜・人参 オレンジ	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年3月給食だより（離乳後期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主からだをつくるもの	主からだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ハイハイン お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
3	月	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ 麦茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
4	火	野菜ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
5	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
6	木	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
7	金	ベビースティック お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
8	土	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
10	月	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 キャベツ・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
11	火	ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 人参・白菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
12	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや 蒸しさつま芋 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布	米(国産) さつま芋	醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
13	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 キャベツの和え物 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 大根・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
14	金	野菜ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
15	土	ハイハイン お茶	鶏そぼろと野菜のおじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
17	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
18	火	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 ハイハイン	バナナ 麦茶 ハイハイン
21	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
22	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
24	月	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
25	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏とじゃが芋の煮物 胡瓜と人参の煮浸し パンがゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) スキムミルク	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 玉ねぎ・白菜・だし昆布	じゃが芋 パン粉	醤油 醤油 塩	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
27	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
28	金	ベビースティック お茶	鶏とキャベツの煮物 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ 麦茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
31	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。


2025年3月給食だより（離乳中期）


SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ハイハイン お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
3	月	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ 麦茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
4	火	野菜ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
5	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油		
6	木	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
7	金	ベビースティック お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
8	土	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油		
10	月	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 キャベツのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 キャベツ・人参	うどん さつま芋	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
11	火	ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 人参・白菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
12	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや 蒸しさつま芋 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布	米(国産) さつま芋	醤油	スティックバナナ お茶 野菜ハイハイン	バナナ 麦茶 野菜ハイハイン
13	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 キャベツの和え物 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 大根・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶
14	金	野菜ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
15	土	ハイハイン お茶	鶏そぼろと野菜のおじや ブロッコリーのお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
17	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
18	火	ベビースティック お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
19	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶 ハイハイン	バナナ 麦茶 ハイハイン
21	金	ハイハイン お茶	煮込みうどん 大根の旨煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
22	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 小松菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油		
24	月	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
25	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏とじゃが芋の煮物 胡瓜と人参の煮浸し パンがゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) スキムミルク	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 玉ねぎ・白菜・だし昆布	じゃが芋 パン粉	醤油 醤油 塩	ツナおじや お茶	米(国産)・人参・ツナフレーク 玉ねぎ・醤油 麦茶
27	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油	パンがゆ お茶	パン粉 スキムミルク 麦茶
28	金	ベビースティック お茶	鶏とキャベツの煮物 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ かぼちゃポーロ 麦茶	バナナ かぼちゃポーロ 麦茶
31	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	トマトおじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・トマト だし昆布・醤油 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年3月給食だより（離乳初期）



SuruSu祝昌こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	土	10倍がゆ 小松菜のペースト キャベツのペースト さつまいものペースト		小松菜 キャベツ	米(国産) さつまいも	
3	月	10倍がゆ 大根のペースト ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト		大根 ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
4	火	10倍がゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト		人参 ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
5	水	10倍がゆ スープ 小松菜のペースト キャベツのペースト		だし昆布 小松菜 キャベツ	米(国産)	
6	木	10倍がゆ スープ 小松菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 小松菜	米(国産)	
8	土	10倍がゆ スープ ほうれん草のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 ほうれん草	米(国産)	
10	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
11	火	10倍がゆ スープ かぼちゃのペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 かぼちゃ	米(国産) じゃが芋	
12	水	10倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
13	木	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト スープ		小松菜 人参 だし昆布	米(国産)	
14	金	10倍がゆ スープ 小松菜のペースト 豆腐のペースト	豆腐	だし昆布 小松菜	米(国産)	
15	土	10倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	米(国産)	
17	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 人参	米(国産) じゃが芋	
18	火	10倍がゆ スープ さつまいものペースト 大根のペースト		だし昆布 大根	米(国産) さつまいも	
19	水	10倍がゆ スープ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
21	金	10倍がゆ スープ 大根のペースト 白菜のペースト		だし昆布 大根 白菜	米(国産)	
22	土	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト スープ		小松菜 人参 だし昆布	米(国産)	
24	月	10倍がゆ スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト		だし昆布 人参 ほうれん草	米(国産)	
25	火	10倍がゆ スープ 人参のペースト 玉ねぎのペースト		だし昆布 人参 玉ねぎ	米(国産)	
27	木	10倍がゆ スープ かぼちゃのペースト じゃが芋のペースト		だし昆布 かぼちゃ	米(国産) じゃが芋	
28	金	10倍がゆ スープ 人参のペースト キャベツのペースト		だし昆布 人参 キャベツ	米(国産)	
31	月	10倍がゆ スープ 小松菜のペースト さつまいものペースト		だし昆布 小松菜	米(国産) さつまいも	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。