

令和7年3月 幼児食献立表



miraiと〜びこども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
01 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	インディアンナポリタン フルーツ	スパゲティ、サラダ油、砂糖	ウインナー	たまねぎ、にんじん、ピーマン みかん	ケチャップ、ブイヨン、ウスターソース、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
03 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ひな祭りお花のちらし寿司 すまし汁 魚の田楽 ヨーグルト	米、砂糖 砂糖	鶏ひき肉、さくらでんぶ かまぼこ 米みそ、鮭 コアコアいちご	にんじん、コーン、きぬさや みつば、わかめ あおのり	すし酢、白だし、しょうゆ、おろししょうが だし汁、しょうゆ、食塩 酒、みりん、おろししょうが、食塩
	午後おやつ	牛乳 いがまんじゅう（幼児） ひながし（乳児）	いがまんじゅう ひながし	牛乳		
04 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン 青菜コーンスープ 鶏の唐揚げ 甘辛れんこん	デニッシュブレッド 片栗粉、砂糖 砂糖、サラダ油、片栗粉	鶏肉 黒ごま、白ごま	クリームコーン、コーン、ちんげん菜 れんこん	鶏ガラスープ素、食塩、パセリ粉 しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが、食塩 しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 みそチーズ焼きおにぎり	米	牛乳 ピザ用チーズ、米みそ		みりん
05 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ミートスパゲティ にら豆腐スープ りんごコールスロー	スパゲティ、砂糖、片栗粉、サラダ油 砂糖、オリーブオイル	豚ひき肉、鶏ひき肉、牛ひき肉 豆腐 ツナ缶	にんじん、たまねぎ、ダイズマヨネーズ、野菜ソース、フロックリン、エリンギ、セロリー にら、しめじ キャベツ、りんご	ケチャップ、食塩、おろしにんにく 鶏ガラスープ素、食塩 酢、食塩
	午後おやつ	プリン 菓子	おかし	プリン		
06 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 白身魚の若草焼き かぼちゃの黒糖煮	米 マヨドレ、片栗粉 黒糖	みそ、油揚げ 米みそ、カレイ	たまねぎ、なめこ こまつな、コーン かぼちゃ	だし汁 酒、食塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 杏仁豆腐風	砂糖	牛乳 牛乳	パイナップル、みかん、アガー（寒天）、かんてん	
07 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン たまねぎとセロリのスープ 照り焼きハンバーグ キャベツサラダ	バーガーパン、食パン 片栗粉、砂糖 マヨドレ	ベーコン 豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐	はくさい、たまねぎ、セロリー たまねぎ キャベツ、にんじん	ブイヨン、食塩 しょうゆ、みりん、食塩 食塩、こしょう
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
08 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ピラフ フルーツカクテル	米	ベーコン、バター	たまねぎ、ピーマン、にんじん みかん、もも缶	鶏ガラスープ素
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
10 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 鮭の塩焼き ひじきの煮物	米 さといも 砂糖、ごま油	米みそ 鮭 大豆水煮、油揚げ	もやし、ねぎ にんじん、ひじき	だし汁 食塩 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 バウムクーヘン	バウムクーヘン	牛乳		
11 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	まぜそば こまつなと油揚げの煮浸し フルーツカクテル	焼きそばめん、サラダ油、ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉 油揚げ	もやし、たまねぎ、にら、刻みのり はくさい、こまつな、にんじん もも缶、パイナップル、みかん	だし汁、しょうゆ、みりん、かつお（粉末）、鶏ガラスープ素、こしょう だし汁、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 梅ちりおにぎり	米	牛乳 しらす干し、白ごま	あおのり、ねり梅	
12 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	チキンカレー ヨーグルトあえ	米、じゃがいも、サラダ油 砂糖	鶏肉 ガセリヨーグルト	たまねぎ、にんじん、りんごジャム パイナップル、みかん、バナナ	カレールウ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
13 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	中華おこわ 鶏だんご鍋 はるさめ豆腐サラダ	米、もち米、砂糖、ごま油 片栗粉 春雨、砂糖、ごま油	豚肉 鶏ひき肉、木綿豆腐 木綿豆腐	にんじん、たけのこ水煮、干しいたけ はくさい、えのきたけ、ちんげん菜、ねぎ きゅうり、コーン	しょうゆ、酒、鶏ガラスープ素、おろししょうが 酒、鶏ガラスープ素、食塩、おろししょうが 酢、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 アップルチーズケーキ	ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 クリームチーズ、卵、ガセリヨーグルト、バター	りんご、りんごジャム	
14 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ふりかけごはん みそ汁 千草卵焼き きゅうりのゆかり和え	米 砂糖	米みそ 卵、かに風味かまぼこ	もやし、えのきたけ、わかめ ほうれんそう、にんじん、干しいたけ きゅうり、だいこん	アンパンマンふりかけ だし汁 だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ、ふりかけ
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、サラダ油	牛乳		

令和7年3月 幼児食献立表



miraiと〜びごども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
15 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	みそ煮込みうどん フルーツ	うどん、砂糖	鶏肉、みそ、ちくわ、油揚げ	にんじん、ねぎ パイナップル	だし汁、みりん
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
17 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	しょうゆラーメン ブロッコリーのサラダ ゼリー	焼きそばめん、サラダ油 マヨドレ	豚肉 ツナ缶	もやし、にら、にんじん ブロッコリー、コーン ゼリー	しょうゆ、鶏ガラスープ素、食塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 きなこおはぎ	米、もち米、砂糖	牛乳 きな粉		
18 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 スーミータン 豚肉とキャベツのみそ炒め ほうれん草のナムル	米 片栗粉、ごま油 サラダ油、砂糖 ごま油	卵、木綿豆腐 豚肉、米みそ 白ごま	クリームコーン、コーン、ねぎ キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ ほうれんそう、もやし	鶏ガラスープ素、食塩 酒、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが、食塩 鶏ガラスープ素、食塩
	午後おやつ	牛乳 ビザトースト	食パン	牛乳 ビザ用チーズ、ベーコン	たまねぎ、ピーマン	ケチャップ
19 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツ	米、サラダ油 砂糖、サラダ油	豚肉 ハム	たまねぎ、にんじん、エリンギ キャベツ、きゅうり もも缶	ハヤシルウ、おろしにんにく、パセリ粉 酢、食塩
	午後おやつ	カルピス 誕生日ケーキ	ショートケーキ	カルピス		
21 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ゆかりごはん はるさめスープ 鶏肉の照り煮 ポテトサラダ	米 春雨 砂糖、サラダ油、片栗粉 じゃがいも、マヨドレ	白ごま 白ごま 鶏肉 卵、ハム	えのきたけ、コーン、わかめ きゅうり、にんじん	ふりかけ 鶏ガラスープ素、食塩 しょうゆ、みりん 食塩
	午後おやつ	牛乳 スイートポテトケーキ	ホットケーキミックス、さつまいも、砂糖	牛乳 牛乳、ホイップクリーム、バター、黒ごま	りんご	
22 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	豚丼 フルーツ	米、サラダ油、片栗粉	豚肉	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、にんじん、ねぎ もも缶	しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
24 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	カレーピラフ スイートポテトチャウダー マカロニサラダ	米、サラダ油 さつまいも、片栗粉 マカロニ、マヨドレ	ツナ缶 牛乳、鶏肉、バター ハム	たまねぎ、にんじん、ピーマン たまねぎ、クリームコーン、にんじん きゅうり、コーン	ブイヨン、カレー粉 食塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
25 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 さばとかぼちゃのつみれ焼き 春野菜のごまみそ和え	米 焼麩 片栗粉、ごま油 砂糖	鶏ひき肉、さば 米みそ、すり白ごま	なめこ、ねぎ かぼちゃ、たまねぎ キャベツ、なばな	だし汁、しょうゆ、食塩 みりん、食塩、おろしにんにく、おろししょうが みりん
	午後おやつ	牛乳 ベジタブルドーナツ	ホットケーキミックス、サラダ油、粉糖	牛乳	野菜ジュース、ほうれんそう	
26 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 くずし豆腐汁 拌八宝	米 片栗粉 フライドポテト、砂糖、ごま油、サラダ油	豆腐 卵、ハム、白ごま	ねぎ キャベツ、にんじん、もやし	だし汁、みりん、しょうゆ、食塩 酢、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
27 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 豆乳コンスープ ハニースパイシーフィッシュ アスパラのソテー	米 片栗粉 サラダ油	豆乳 カレイ ベーコン	クリームコーン、コーン マーマレード アスパラガス、キャベツ、エリンギ	鶏ガラスープ素、食塩、パセリ粉 しょうゆ、食塩、おろしにんにく、カレー粉 鶏ガラスープ素、こしょう
	午後おやつ	牛乳 大学芋	さつまいも、油、三温糖	牛乳 黒ごま		しょうゆ
28 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	えびひじきご飯 みそ汁 肉じゃが	米、砂糖 じゃがいも、砂糖、サラダ油	干しえび、白ごま、かつお節 木綿豆腐、米みそ、油揚げ 豚肉	ひじき だいこん たまねぎ、にんじん、いんげん	しょうゆ、みりん、食塩 だし汁 だし汁、しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 ごまきなこラスク	砂糖、食パン	牛乳 バター、きな粉、すり白ごま		
29 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	カレー風味のトマトライス フルーツ	米、サラダ油、米粉	豚肉	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、コーン バナナ	鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、カレー粉
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	おかし	牛乳	ゼリー	
31 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	鮭そぼろ丼 みそ汁 凍り豆腐の含め煮	米、砂糖、ごま油 さといも 砂糖	卵、鮭フレーク 米みそ 凍り豆腐	ほうれんそう もやし、ねぎ にんじん、しめじ、きぬさや	しょうゆ、食塩 だし汁 だし汁、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉		食塩

- ☆ は、リクエストメニューです。
- ☆ 午前おやつは、乳児クラスのみ提供になります。
- ☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。

組 氏名
