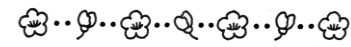


# 2025年3月の予定献立表



日	献立名	使用材料	栄養量	
3月	【ひなまつり】 ご飯 照り焼きハンバーグ ブロッコリーのおかか和え ひなまつり三色ゼリー / すまし汁(花麩)	精白米 豚挽肉、玉ねぎ、パン粉、牛乳、スキムミルク、鶏卵、片栗粉 ブロッコリー、にんじん、糸けすり ゼリーの素(いちご・メロン)、牛乳、粉末寒天、いちご / 花麩、万能葱	熱量 473 kcal 蛋白 18.9g 脂質 12.5g 塩分 1.5g	
	サンマーズン 南瓜の甘煮 みかん缶&チーズ	中華めん、豚小間肉、もやし、にんじん、にら、きくらげ、ごま油、片栗粉 かぼちゃ みかん缶、プロセスチーズ	熱量 397 kcal 蛋白 17.8g 脂質 9.6g 塩分 1.7g	
4月	ご飯 とり天 白菜サラダ バナナ 根菜汁	精白米 鶏むね、おろししょうが、天ぷら粉 ツナ缶、はくさい、にんじん、中華ドレッシング バナナ 絹豆腐、れんこん、大根、こんにゃく、にんじん	熱量 409 kcal 蛋白 19.9g 脂質 10.3g 塩分 0.9g	
	ご飯 さわらのバター醤油焼き 大豆の五目煮 フルーツヨーグルト 味噌汁(里芋)	精白米 さわら、マーガリン 大豆水煮、にんじん、しいたけ、ひじき、絹さや ヨーグルト、黄桃缶 さといも、油揚げ	熱量 415 kcal 蛋白 20.0g 脂質 12.4g 塩分 1.6g	
5月	カレーライス ブロッコリーサラダ みかん缶 コンソメスープ(かぶ)	精白米、豚挽肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク ブロッコリー、ロースハム、ホールコーン みかん缶 かぶ根、かぶ葉、にんじん	熱量 406 kcal 蛋白 14.6g 脂質 11.7g 塩分 1.8g	
	麦ご飯 さばの甘酢あんかけ 小松菜とささみの和え物 パイン缶 味噌汁(にら)	精白米、押し麦 さば、片栗粉、玉ねぎ、たけのこ、ピーマン、ケチャップ、片栗粉 こまつな、にんじん、鶏ささみ、ごま油 パイン缶 にら、えのきだけ	熱量 402 kcal 蛋白 16.8g 脂質 11.6g 塩分 1.7g	
6月	ご飯 すき焼き風煮 ブロッコリーの中中華サラダ オレンジ 味噌汁(さつま芋)	精白米 木綿豆腐、豚小間肉、はくさい、にんじん、長葱、しいたけ、しらたき ブロッコリー、きゅうり、カニ棒、ホールコーン、中華ドレッシング オレンジ さつま芋、玉ねぎ	熱量 383 kcal 蛋白 14.8g 脂質 9.9g 塩分 1.7g	
	食パン・いちごジャム ローストチキン キャベツのゴママヨサラダ 白桃缶 牛乳	食パン、いちごジャム 鶏もも きゃべつ、焼竹輪、にんじん、いんげん、マヨネーズ、ごま 白桃缶 牛乳	熱量 398 kcal 蛋白 18.2g 脂質 17.6g 塩分 1.3g	
7月	ご飯 はんぺんチーズフライ チンゲン菜のカラフルソテー 洋梨缶 コンソメスープ(カリフラワー)	精白米 はんぺん、スライスチーズ、鶏卵、パン粉、中濃ソース チンゲン菜、エリンギ、Mベジタブル 洋なし缶 カリフラワー、にんじん	熱量 405 kcal 蛋白 14.2g 脂質 9.8g 塩分 2.1g	
	ふりかけご飯 豚肉の塩だれ炒め ポテトサラダ りんご缶 味噌汁(高野豆腐)	精白米、ふりかけ 豚小間肉、もやし、こまつな、にんじん、ごま油、片栗粉 じゃがいも、玉ねぎ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ りんご缶 高野豆腐、いんげん	熱量 416 kcal 蛋白 15.9g 脂質 13.8g 塩分 1.7g	
8月	ご飯 さわらのバター醤油焼き 大豆の五目煮 フルーツヨーグルト 味噌汁(里芋)	精白米 さわら、マーガリン 大豆水煮、にんじん、しいたけ、ひじき、絹さや ヨーグルト、黄桃缶 さといも、油揚げ	熱量 415 kcal 蛋白 20.0g 脂質 12.4g 塩分 1.6g	
	ご飯 照り焼きハンバーグ 菜の花のおかか和え カルシウムウエハース すまし汁(花麩)	精白米 豚挽肉、玉ねぎ、パン粉、牛乳、スキムミルク、鶏卵、片栗粉 菜の花、しめじ、糸けすり 骨にカルシウムウエハース 花ふ、万能ねぎ	熱量 412 kcal 蛋白 18.7g 脂質 13.2g 塩分 1.4g	

日	献立名	材料名	栄養量	
19日	ご飯 とり天 白菜サラダ バナナ 根菜汁	精白米 鶏むね、おろししょうが、天ぷら粉 ツナ缶、はくさい、にんじん、中華ドレッシング バナナ 絹豆腐、れんこん、大根、こんにゃく、にんじん	熱量 409 kcal 蛋白 19.9g 脂質 10.3g 塩分 0.9g	
	春分の日			
21日	卒園式			
	麦ご飯 さばの甘酢あんかけ 小松菜とささみの和え物 パイン缶 味噌汁(にら)	精白米、押し麦 さば、片栗粉、玉ねぎ、たけのこ、ピーマン、ケチャップ、片栗粉 こまつな、にんじん、鶏ささみ、ごま油 パイン缶 にら、えのきだけ	熱量 402 kcal 蛋白 16.8g 脂質 11.6g 塩分 1.7g	
25日	ご飯 すき焼き風煮 ブロッコリーの中中華サラダ オレンジ 味噌汁(さつま芋)	精白米 木綿豆腐、豚小間肉、はくさい、にんじん、長葱、しいたけ、しらたき ブロッコリー、きゅうり、カニ棒、ホールコーン、中華ドレッシング オレンジ さつま芋、玉ねぎ	熱量 383 kcal 蛋白 14.8g 脂質 9.9g 塩分 1.7g	
	ご飯 ローストチキン キャベツのゴママヨサラダ 白桃缶 味噌汁(南瓜)	精白米 鶏もも きゃべつ、焼竹輪、にんじん、いんげん、マヨネーズ、ごま 白桃缶 かぼちゃ、カットわかめ	熱量 393 kcal 蛋白 14.9g 脂質 12.8g 塩分 1.5g	
27日	ご飯 はんぺんチーズフライ チンゲン菜のカラフルソテー 洋梨缶 コンソメスープ(カリフラワー)	精白米 はんぺん、スライスチーズ、鶏卵、パン粉、中濃ソース チンゲン菜、エリンギ、Mベジタブル 洋なし缶 カリフラワー、にんじん	熱量 405 kcal 蛋白 14.2g 脂質 9.8g 塩分 2.1g	
	カレーライス ブロッコリーサラダ みかん缶 コンソメスープ(かぶ)	精白米、豚挽肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク ブロッコリー、ロースハム、ホールコーン みかん缶 かぶ根、かぶ葉、にんじん	熱量 406 kcal 蛋白 14.6g 脂質 11.7g 塩分 1.8g	
31日	ふりかけご飯 豚肉の塩だれ炒め ポテトサラダ りんご缶 味噌汁(高野豆腐)	精白米、ふりかけ 豚小間肉、もやし、こまつな、にんじん、ごま油、片栗粉 じゃがいも、玉ねぎ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ りんご缶 高野豆腐、いんげん	熱量 416 kcal 蛋白 15.9g 脂質 13.8g 塩分 1.7g	

※献立は材料仕入の都合により変更することがあります。

株式会社ケイ・エフ・ケイ

