



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 18.9 g 脂質 12.5 g 塩分 1.5 g	
	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 17.8 g 脂質 9.6 g 塩分 1.7 g	
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 19.9 g 脂質 10.3 g 塩分 0.9 g	
	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 20.0 g 脂質 12.4 g 塩分 1.6 g	
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 14.6 g 脂質 11.7 g 塩分 1.8 g	
	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 16.8 g 脂質 11.6 g 塩分 1.7 g	
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 さつまいも、玉ねぎ	熱量 383 kcal 蛋白 14.8 g 脂質 9.9 g 塩分 1.7 g	
	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 18.2 g 脂質 17.6 g 塩分 1.3 g	
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 14.2 g 脂質 9.8 g 塩分 2.1 g	
	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 15.9 g 脂質 13.8 g 塩分 1.7 g	
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 20.0 g 脂質 12.4 g 塩分 1.6 g	
	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 18.7 g 脂質 13.2 g 塩分 1.4 g	

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 19.9 g 脂質 10.3 g 塩分 0.9 g	
	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 16.8 g 脂質 11.6 g 塩分 1.7 g	
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 さつまいも、玉ねぎ	熱量 383 kcal 蛋白 14.8 g 脂質 9.9 g 塩分 1.7 g	
	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 14.9 g 脂質 12.8 g 塩分 1.5 g	
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 14.2 g 脂質 9.8 g 塩分 2.1 g	
	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 14.6 g 脂質 11.7 g 塩分 1.8 g	
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 15.9 g 脂質 13.8 g 塩分 1.7 g	

※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

