

令和8年



3月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	
2	月	牛乳	ご飯 ホイコーロー ブロッコリーとポテトのサラダ 中華スープ	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳・ぶた肉・赤色辛みそ・生揚げ・豆乳	米・ごま油・片栗粉・じゃがいも・マヨドレ・ホットケーキミックス・砂糖・油	キャベツ・たまねぎ・にんじん・しめじ・ゆでブロッコリー・コーン・にら・もやし・くりかぼちゃ	
3	火	牛乳	ひなまつりちらし寿司 鶏の照り焼き ほうれん草のナムル 花麩のすまし汁 ★ひな祭りメニュー	お茶 桜餅	牛乳・でんぶ・若鶏もも・絹ごし豆腐・こしあん	米・砂糖・ごま油・ごま・花麩	切干しいごん・にんじん・乾しいだけ・さやえんどう・しょうが・ほうれんそう・コーン・カットわかめ	
4	水	牛乳	さばの煮つけ 白菜と竹輪のサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 シュガーパイ	牛乳・さば・焼き竹輪	米・砂糖・マヨドレ・パイ皮・グラニュー糖	はくさい・きゅうり・にんじん・くりかぼちゃ・たまねぎ・カットわかめ	
5	木	牛乳	ロールパン パーベキューチキン ツナサラダ ミルクスープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・若鶏もも・ツナ缶・油揚げ	砂糖・油・じゃがいも・米	しょうが・たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・にんじん・ほうれんそう・ごぼう	
6	金	牛乳	遠足	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳・豆乳	砂糖・ホットケーキミックス・油		
7	土	牛乳	カレーライス 切干し大根サラダ フルーツゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたかた(赤肉)	米・じゃがいも・油・砂糖・ゼリー	にんじん・たまねぎ・切干しいごん・きゅうり	
9	月	牛乳	麻婆丼 ほうれん草の胡麻和え なめこのすまし汁	お茶 フルーチェ(いちご)	牛乳・豆腐・ぶたひき肉・赤色辛みそ	米・ごま油・砂糖・片栗粉・いりごま・フルーチェ	にんじん・乾しいだけ・青ねぎ・ほうれんそう・なめこ・たまねぎ・カットわかめ	
10	火	牛乳	ご飯 鮭の塩こうじ焼き みかんサラダ 豚汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳・さけ・ぶたかた(皮脂無)・生揚げ・麦みそ・鶏卵・プレーンヨーグルト	米・油・しらたき・薄力粉・無塩バター・砂糖	キャベツ・きゅうり・みかん缶詰・にんじん・ごぼう・はくさい・レモン果汁	
11	水	牛乳	ご飯 豆腐のふんわり揚げ マカロニサラダ かきたま汁	牛乳 ツナトースト	牛乳・豆腐・鶏ひき肉・ロースハム・鶏卵・まぐろ水煮缶詰	米・片栗粉・マカロニ・スパゲティ・マヨドレ・食パン・有塩マーガリン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり・コーン・こまつな	
12	木	牛乳	食パン クリームシチュー カリフラワーのサラダ バナナ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・鶏もも・ツナ缶	食パン・じゃがいも・砂糖・油・米	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ゆでカリフラワー・きゅうり・バナナ	
13	金	牛乳	わかめご飯 白身魚のフライ コールスローサラダ コンスープ ヤクルト ★誕生日会メニュー	お茶 マトレーヌ	牛乳・赤魚・まぐろ水煮缶詰・豆乳・ヤクルト・鶏卵	米・薄力粉・生パン粉・油・マヨドレ・砂糖・ホットケーキミックス・無塩バター・ホイップクリーム	炊き込みわかめ・キャベツ・コーン・セロリー・たまねぎ・コーン缶詰クリーム	
14	土	卒園式						
16	月	牛乳	ご飯 すきやき風煮 アスパラとわかめのマリネ 里芋の味噌汁	お茶 フライドポテト	牛乳・ぶた肉・焼き豆腐・油揚げ・麦みそ	米・しらたき・油・砂糖・さといも・じゃがいも	長ねぎ・はくさい・生しいだけ・アスパラガス・キャベツ・カットわかめ・ほうれんそう	

区分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂 肪(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(レチノール当量:RE)(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
1.2歳	453	17	17	214	0.8	72	0.17	0.29	17	2.7	0.9
3歳以上	520	20	17	201	1.2	71	0.23	0.31	23	3.6	1.4

令和 8 年



3月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
17 火	牛乳	ひき肉カレー ビーフンサラダ コーンスープ フルーツゼリー	牛乳 マシュマロサンド	牛乳・ぶたひき肉・ツナ 缶・豆乳	米・じゃがいも・油・ビーフ ン・マヨドレ・ゼリー・マ シュマロ・リッツ	たまねぎ・にんじん・きゅう り・コーン缶詰クリーム
18 水	牛乳	焼きそば ポテトサラダ セロリのスープ	お茶 ちりめんじゃこのおにぎり	牛乳・ぶた肉・かつお 節・ロースハム・若鶏も も・しらすし	中華めん・油・じゃがいも・ マヨドレ・米	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・きゅうり・にん じん・セロリー・チンゲンサ イ・菜飯の素
19 木	牛乳	ご飯 鶏ちゃん 切干大根とコーンのサラダ 豆腐の味噌汁	お茶 岐阜のいももち	牛乳・鶏もも・絹ごし豆 腐・麦みそ	米・油・砂糖・マヨドレ・さ といも	キャベツ・たまねぎ・にんじ ん・しめじ・切干しだいこん・ きゅうり・にんじん・コーン・ カットわかめ
21 土	牛乳	★食育献立 岐阜県の郷土料理 カレーピラフ キャベツと竹輪のサラダ 白菜のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ウインナーソー セージ・ちくわ	米・サラダせんべい	たまねぎ・ミックスベジタブ ル・キャベツ・アスパラガス・ ながさきはくさい・にんじん
23 月	牛乳	ご飯 具入り卵焼き ブロッコリーのツナ和え 大根の味噌汁	牛乳 ジャムサンド	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ ツナ缶・油揚げ・麦みそ	米・砂糖・いりごま・油・食 パン	たまねぎ・にんじん・生しいた げ・ブロッコリー・コーン缶 (粒)・だいこん・乾わかめ・い ちごジャム
24 火	牛乳	塩ラーメン さつまいもサラダ フルーツヨーグルト和え	お茶 きなこおにぎり&いりこ	牛乳・ぶた肉・ちくわ・ プレーンヨーグルト・き な粉	中華めん・ごま油・さつまい も・マヨドレ・砂糖・米	長ねぎ・にんじん・スイート コーン・きゅうり・バナナ・み かん缶詰・パインアップル缶詰
25 水	牛乳	ご飯 鶏のから揚げ 春雨サラダ 麩の味噌汁	牛乳 手作りクッキー	牛乳・若鶏ももから揚げ (皮なし)・かにかまぼ こ・絹ごし豆腐・麦みそ	米・片栗粉・油・はるさめ・ 砂糖・ごま油・釜焼きふ・薄 力粉・無塩バター	きゅうり・にんじん・キャベツ
26 木	牛乳	ご飯 カレイのオーロラソース焼き もやしの中華サラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 りんごジャムケーキ	牛乳・まがれい・絹ごし 豆腐	米・薄力粉・油・マヨドレ・ 砂糖・ごま油・ごま・ホット ケーキミックス	トマトケチャップ・りよくとう もやし・きゅうり・にんじん・ キャベツ・しめじ・りんごジャ ム
27 金	牛乳	黒糖ロール タンドリーチキン ひじきとほうれん草のサラダ コンソメスープ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ プレーンヨーグルト・大 豆水煮缶詰・ローズペー コン	パン・米	にんにく・トマトケチャップ・ 乾ひじき・ほうれん草・にん じん・キャベツ・たまねぎ・昆 布佃煮
28 土	牛乳	豆腐とひじきのそぼろ丼 ブロッコリーの黒ごま和え 里芋のみそ汁	牛乳 お菓子	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・ 油揚げ・麦みそ	米・油・砂糖・いりごま・さ といも	たまねぎ・にんじん・乾ひじ き・ゆでブロッコリー・きゅう り・にんじん・カットわかめ
30 月	牛乳	ご飯 肉野菜炒め ゴマタレサラダ 豆腐のすまし汁	牛乳 コーンフレークスナック	牛乳・ぶた肉・ちくわ・ 絹ごし豆腐	米・油・コーンフレーク・マ シュマロ・無塩バター	キャベツ・たまねぎ・だいずも やし・にんじん・ゆでブロッコ リー・きゅうり・チンゲンサイ
31 火	牛乳	ハヤシライス チーズサラダ フルーツゼリー	牛乳 麩のラスク	牛乳・ぶた肉・チーズ	米・油・砂糖・オレンジゼ リー・釜焼きふ・無塩バ ター・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・マッシュ ルーム水煮缶・キャベツ・きゅ うり・にんじん・コーン



離乳食後期 献立表

令和 8年 3月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
2 (月)	お茶	軟飯・豚肉とキャベツの味噌煮・じゃが芋スティック・ブロッコリースープ	ベビービスケット	・麦茶・米・ぶたひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・じゃがいも・ゆでブロッコリー・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・ビスケット
3 (火)	お茶	軟飯・鶏肉と人参の煮物・にんじんスティック・ほうれん草スープ	ベビークッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・絹ごし豆腐・薄口しょうゆ・マンナビスケット
4 (水)	お茶	軟飯・たいと白菜の煮物・きゅうりスティック・かぼちゃのすまし汁	たべっ子BABY	・麦茶・米・たい・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・くりかぼちゃ・たまねぎ・薄口しょうゆ・ビスケット
5 (木)	お茶	食パン・鶏肉とじゃが芋の煮物・にんじんスティック・玉ねぎスープ	おかか粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・薄口しょうゆ・全粥・かつお節
6 (金)	お茶	遠足	白蒸しパン	・麦茶・ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油
7 (土)	お茶	鶏雑炊・にんじんスティック・ほうれん草スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ほうれんそう・ビスケット
9 (月)	お茶	中華雑炊・にんじんスティック・玉ねぎのすまし汁	ベビースナック	・麦茶・米・ぶたひき肉・にんじん・ほうれんそう・鶏がらだし・濃口しょうゆ・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
10 (火)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・白菜の味噌汁	ベビースナック	・麦茶・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・はくさい・にんじん・麦みそ・コーンスナック
11 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・きゅうりスティック・小松菜スープ	食パンスティック	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・片栗粉・濃口しょうゆ・かつお・昆布だし(荒節)・きゅうり・こまつな・薄口しょうゆ・食パン
12 (木)	お茶	食パン・鶏じゃが・カリフラワースープ・バナナ	鮭粥	・麦茶・食パン・鶏もも・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでカリフラワー・パイオン・薄口しょうゆ・バナナ・米・さけ・ブロッコリー・にんじん
13 (金)	お茶	軟飯・カレイとキャベツの煮物・ブロッコリースティック・豆乳スープ	ビスケット	・麦茶・米・まがれい・キャベツ・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・くりかぼちゃ・豆乳・水・かつお・昆布だし(荒節)・ビスケット
14 (土)	卒園式			
16 (月)	お茶	軟飯・豆腐と白菜の煮物・アスパラスティック・ほうれん草の味噌汁	ウエハース	・麦茶・米・絹ごし豆腐・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・ほうれんそう・麦みそ・マンナウエファー
17 (火)	お茶	鶏雑炊・きゅうりスティック・豆乳スープ	ハイハイ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・たまねぎ・にんじん・豆乳・水・かつお・昆布だし(荒節)・ハイハイ
18 (水)	お茶	しらすと野菜の雑炊・じゃが芋スティック・中華スープ	しらす粥	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・チンゲンサイ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・しらす干し
19 (木)	お茶	軟飯・鶏肉と野菜の煮物・きゅうりスティック・豆腐の味噌汁	ウエハース	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・キャベツ・麦みそ・ウエハース
21 (土)	お茶	鶏肉とキャベツの雑炊・アスパラスティック・白菜の洋風スープ	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・アスパラガス・ながさきはくさい・にんじん・パイオン・やさいもクッキー
23 (月)	お茶	軟飯・鶏肉とブロッコリーの煮物・にんじんスティック・大根の味噌汁	食パンスティック	・麦茶・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん・麦みそ・食パン
24 (火)	お茶	しらす中華粥・さつま芋スティック・みかんヨーグルト	きなこ粥	・麦茶・米・しらす干し・にんじん・きゅうり・鶏がらだし・薄口しょうゆ・さつまいも・プレーンヨーグルト・みかん缶詰・きな粉
25 (水)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・豆腐の味噌汁	ベビークッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・キャベツ・絹ごし豆腐・麦みそ・クッキー
26 (木)	お茶	軟飯・カレイと人参の洋風煮・きゅうりスティック・豆腐のすまし汁	クッキー	・麦茶・米・まがれい・にんじん・パイオン・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・絹ごし豆腐・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・やさいもクッキー
27 (金)	お茶	食パン・鶏肉のケチャップ煮・にんじんスティック・ほうれん草スープ	あおさ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・パイオン・トマトケチャップ・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・麦茶・あおさ・食塩
28 (土)	お茶	鶏と豆腐の雑炊・ブロッコリースティック・玉ねぎのみそ汁	お菓子	・麦茶・米・鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ゆでブロッコリー・麦みそ・お野菜すなっく かぼちゃとおいも
30 (月)	お茶	軟飯・豚肉の中華煮・にんじんスティック・豆腐のすまし汁	ハイハイ	・麦茶・米・ぶたひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・絹ごし豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・ハイハイ
31 (火)	お茶	鶏雑炊・きゅうりスティック・キャベツスープ	麩のラスク	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・きゅうり・キャベツ・パイオン・釜焼きら・無塩バター・グラニュー糖



離乳食中期 献立表

令和 8年3月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ
3 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・絹ごし豆腐
4 (水)	7倍粥・たいと白菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・たい・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
5 (木)	パン粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・玉ねぎスープ	・食パン・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
6 (金)	遠足	
7 (土)	鶏雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
9 (月)	鶏肉とほうれん草のお粥・玉ねぎのすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・たまねぎ・にんじん
10 (火)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・白菜のすまし汁	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
11 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・片栗粉・かつお・昆布だし(荒節)・こまつな
12 (木)	パン粥・鶏じゃが・カリフラワースープ	・食パン・鶏もも・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでカリフラワー
13 (金)	7倍粥・カレーとキャベツの煮物・豆乳スープ	・米・まがれい・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・くりかぼちゃ・豆乳・水
14 (土)	卒園式	
16 (月)	7倍粥・豆腐と白菜の煮物・ほうれん草のすまし汁	・米・絹ごし豆腐・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
17 (火)	鶏雑炊・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・たまねぎ・にんじん・豆乳・水
18 (水)	しらすと野菜の雑炊・チンゲン菜スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
19 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・キャベツ
21 (土)	鶏肉とキャベツの雑炊・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ながさきはくさい・にんじん
23 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
24 (火)	しらすと野菜のお粥・さつま芋スープ	・米・しらす干し・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・さつまいも
25 (水)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・絹ごし豆腐
26 (木)	7倍粥・カレーと人参の煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・キャベツ
27 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・ほうれん草スープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
28 (土)	鶏と豆腐の雑炊・玉ねぎのすまし汁	・米・鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
30 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
31 (火)	鶏雑炊・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・キャベツ