

令和7年度 3月		献立予定表		六甲ゆりかごこども園・クーラ	
日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料 カや熱になる 血や肉になる のりや野菜	
2	月	ご飯 鱈の照り焼き 納豆和え りんご ピーマンのそぼろ炒め 豆腐のすまし汁	午前 ポーロ 午後 プレーンクッキー	●米 こんにゃく 油 バター 砂糖 薄力粉 ●ぶり 納豆 のり 鶏肉 他4種 ●こまつな キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ピーマン みつば りんご	
3	火	麻婆ラーメン はんぺん入り卵焼き 三色ナムル オレンジ	午前 おこし 午後 苺プリン	●中華めん 砂糖 かたくり粉 ゴマ ●豚肉 味噌 豆腐 卵 はんぺん ●しょうが 人参 ねぎ たら たまねぎ ほうれん草 もやし にんにく 他2種	
4	水	 お別れ遠足 			
5	木	アスパラと人参の混ぜご飯 みぞれ汁 りんごゼリー あおさコロッケ おかかドレッシングサラダ	午前 ビスケット 午後 ハートパイ	●米 じゃがいも 砂糖 薄力粉 他6種 ●油揚げ 鶏肉 あおさ 卵 他3種 ●にんじん アスパラガス たまねぎ トマト きゅうり コーン レタス 他7種	
6	金	ハムときゅうりのサンド 胡麻ドレッシングサラダ 鮭のカレムニエル 白菜のスープ でこぼん	午前 ポーロ 午後 高菜チャーハン	●食パン マヨネーズ バター 他4種 ●ハム 鮭 ベーコン かつお節 牛乳 ●きゅうり ミニトマト 人参 レタス サニーレタス 白菜 ぼんかん 他2種	
7	土	ほうれん草とベーコンのパスタ 桃缶 ツナと大根のサラダ 鶏肉のスープ	午前 おこし 午後 源氏パイ	●スパゲッティ マヨネーズ 源氏パイ ●ベーコン ツナ缶 鶏肉 牛乳 ●しめじ ほうれん草 しいたけ たまねぎ にんにく 大根 かいわれ大根 他2種	
9	月	ご飯 松風焼き 心のすまし汁 パナナ 豆苗ののり和え しらたきのたらこ和え	午前 あられ 午後 ホットケーキ	●米 パン粉 砂糖 ごま 他3種 ●豆腐 鶏肉 豆乳 卵 味噌 のり 他2種 ●ねぎ たまねぎ 豆苗 もやし にんじん きゅうり 大根 みつば パナナ	
10	火	紅芋パンズ 鱈のトマト焼き りんご 春雨サラダ 南瓜ソテー コンソメスープ	午前 ビスケット 午後 豆腐団子	●パン はるさめ 砂糖 バター 他5種 ●鱈 ハム ベーコン 他3種 ●たまねぎ きゅうり にんじん かぼちゃ ブロッコリー にんにく 他3種	
11	水	ご飯 豚肉のピカタ 野菜の胡麻和え 高野豆腐の含め煮 大根の味噌汁 オレンジ	午前 ポーロ 午後 みかんゼリー	●米 薄力粉 油 こんにゃく 他4種 ●豚肉 卵 高野豆腐 油揚げ 他2種 ●パセリ ごぼう にんじん キャベツ ほうれん草 しいたけ 大根 他3種	
12	木	ご飯 肉豆腐 和風サラダ 粉ふき芋 えのきのすまし汁 でこぼん	午前 おこし 午後 コーンフレーク	●米 砂糖 油 じゃがいも コーンフレーク ●豆腐 牛肉 あおりのり 牛乳 ●たまねぎ ピーマン ねぎ 人参 きゅうり もやし みつば えのき ぼんかん	
13	金	カレーうどん 鱈のつぶら ごぼうサラダ パナナ	午前 あられ 午後 ひじきの混ぜご飯	●うどん 砂糖 かたくり粉 他5種 ●牛肉 油揚げ 鱈 卵 わかめ 他3種 ●しょうが 人参 大根 たまねぎ ねぎ ごぼう れんこん きゅうり パナナ	
14	土	 卒園式 			
16	月	ご飯 鱈のかばやき こんにゃくの白和え 里芋の煮ころがし かぶのすまし汁 りんご	午前 ビスケット 午後 ヨーグルト蒸しパン	●米 薄力粉 パン粉 油 こんにゃく 他5種 ●鱈 卵 厚揚げ 味噌 他2種 ●人参 小松菜 きゅうり かぶ たまねぎ ねぎ りんご	
17	火	五目ラーメン 中華風卵焼き 大根サラダ オレンジ	午前 ポーロ 午後 芋もち	●中華めん ごま油 砂糖 もち米 他2種 ●豚肉 卵 ツナ缶 きなこ 牛乳 ●しいたけ にんじん もやし ねぎ たまねぎ たら たけのこ きくらげ 他3種	
18	水	マヨネーズパン 鶏肉とじゃが芋のソテー レタスとリンゴのサラダ オニオンスープ でこぼん	午前 おこし 午後 ゆかりおにぎり	●パン マヨネーズ じゃがいも 油 米 ●ベーコン 鶏肉 牛乳 ●たまねぎ とうもろこし にんにく パセリ レタス にんじん きゅうり 他3種	
19	木	ご飯 カレイの塩焼き 大根のそぼろ煮 トマトとわかめの酢の物 油揚げの味噌汁 パナナ	午前 あられ 午後 りんごブレッド	●米 砂糖 かたくり粉 油 他2種 ●カレイ わかめ ひじき 鶏肉 他4種 ●トマト きゅうり 人参 大根 グリンピース しょうが たまねぎ ねぎ パナナ	
21	土	焼きビーフン 白菜のおかか和え 豆苗のすまし汁 みかん缶	午前 ビスケット 午後 ビスコ	●ビーフン 砂糖 ごま油 ビスコ ●豚肉 かつお節 牛乳 ●もやし 人参 たまねぎ ピーマン 白菜 ほうれん草 きゅうり 豆苗 みかん缶	
23	月	ミルクロール 白身魚のオランダ揚げ ミネストローネ さいころサラダ キャベツとマカロニの炒め物 りんご	午前 ポーロ 午後 焼きおにぎり	●パン 薄力粉 油 じゃがいも 他6種 ●白身魚 卵 チーズ ハム 他3種 ●にんじん たまねぎ パセリ きゅうり みかん缶 キャベツ トマト缶 りんご	
24	火	ご飯 厚揚げの酢豚風 わかめのすまし汁 オレンジ ブロッコリーのゆかり和え 切り干し大根の炒め物	午前 おこし 午後 パナナマフィン	●米 春巻きの皮 チョコレート 他3種 ●厚揚げ 豚肉 ベーコン わかめ 牛乳 ●人参 たまねぎ ピーマン しいたけ チンゲン菜 ブロッコリー 大葉 他5種	
25	水	鮭ご飯 から揚げ にんじんのすまし汁 ブロッコリーのゆかり和え みかん	午前 あられ 午後 フルーツポンチ	●米 ゴマ 片栗粉 薄力粉 油 ●鮭 鶏肉 牛乳 ●にんにく しょうが ブロッコリー たまねぎ みつば 人参 みかん 他6種	
26	木	野菜とひき肉のトマトパスタ ひじき入り卵焼き グリーンサラダ セロリと玉ねぎのスープ でこぼん	午前 ビスケット 午後 鮭おにぎり	●スパゲッティ 砂糖 米 てんぷら粉 ●合いびき肉 卵 ひじき 他3種 ●なす たまねぎ 人参 ピーマン にんにく トマト缶 レタス 他7種	
27	金	 リクエストメニュー 			
28	土	カレーライス 南瓜サラダ パイン缶	午前 ポーロ 午後 ソフトサラダせんべい	●米 じゃがいも 油 マヨネーズ ●鶏肉 牛乳 ●たまねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー きゅうり レーズン パイン缶	
30	月	親子丼 鮭の塩焼き 白菜の和え物 もやしと人参のすまし汁 パナナ	午前 おこし 午後 ジャムサンド	●米 砂糖 ごま 食パン マヨネーズ ●鶏肉 卵 鮭 チーズ あおりのり 牛乳 ●たまねぎ グリンピース 人参 白菜 きゅうり もやし パナナ とうもろこし	
31	火	肉うどん ニラ入り卵焼き りんご こんにゃくとコーンのおかか和え	午前 あられ 午後 じゃこおにぎり	●うどん 油 砂糖 こんにゃく 米 ごま ●牛乳 卵 しらす かつお節 牛乳 ●たまねぎ 人参 ねぎ たら とうもろこし キャベツ りんご	

※午前のおやつ(0, 1, 2歳のみ)変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。