

献立表

令和8年3月

朝食



3月3日はひな祭りです。
ひな祭りは、女の子の幸せや成長を願
い、雛飾り、菱餅、桃の花などを飾り
ます。
ひな祭りの日に食べるものにもいろい
ろな願いが込められています。



3月1日
日

エビ団子チリソース
白和え
味噌汁
牛乳

昼食



はまぐりは、対になった貝殻でないとぴったり合わない
ことから、「一生ひとりの人と仲良く添い遂げられます
ように」という願いが込められています。



ひなあられの色は「四季」を表していて、自然と調和しなが
ら健やかに育ってほしいという願いが込められています。



ポテトオムレツ
なすの煮物
スパイシーサラダ
中華スープ



夕食



菱餅は、桃色→魔除け・健康祈願、白→清浄・純潔、緑→厄除け・健康
という意味があり、この3色を重ねることで、「健康で優しい心を持っ
た女の子に育ちますように」という願いが込められています。

鶏の塩麴焼き
インゲンの金平
玉ねぎのマリネ
キウイフルーツ



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年3月

	3月2日 月	3月3日 火	3月4日 水	3月5日 木	3月6日 金	3月7日 土	3月8日 日
朝食	いわしのつみれ煮 ぬた和え 清汁 ヨーグルト	里芋けんちん煮 紅白なます 味噌汁 牛乳 	田舎煮 チンゲン菜のサラダ 味噌汁 牛乳	豆腐のカニあんかけ わさび風味サラダ 味噌汁 牛乳	玉子焼き アスパラサラダ 味噌汁 野菜ジュース	黒はんぺんの煮物 もやしとアサリの生姜和え 味噌汁 牛乳	南瓜のグラタン風 小松菜のポン酢和え 味噌汁 ヨーグルト 
昼食	鶏肉みぞれあん さつまいも甘煮 なめ茸和え 味噌汁	春の彩りご飯 鰯の西京焼き インゲンと油揚げ煮物 春キャベツのサラダ いちごババロア	豆腐ハンバーグキノコあん 中華風卵とじ ゆず風味和え 味噌汁	カレー アスパラの中華炒め カリフラワーサラダ(卵) コンソメスープ	ゆかりご飯 鯖の味噌煮 しっとり卵の花炒り煮 白菜の梅かつお和え 清汁	オニオンソースハンバーグ マカロニクリーム煮 ほうれん草のゴマ和え コンソメスープ 	チキン南蛮 かぶのやわらか煮 ブロッコリーサラダ ホタテ 味噌汁
夕食	厚揚げのみそ炒め ツナの野菜炒め ブロッコリーの辛子和え パイナップル	味噌つくね 金平ごぼう 白菜ゆかり和え オレンジ	鶏肉のバジルソース ジャーマンポテト グリーンサラダ りんご缶	赤魚のおろしがけ 南瓜の甘煮 小松菜の辛子和え 洋梨缶	豚肉のオイスター炒め インゲンの煮物 長芋なめ茸和え パイナップル 	鮭のムニエル 信田煮 胡瓜の酢の物 もも缶	中華風ふっくらオムレツ なすのみそ煮 キャベツとハムのサラダ 洋梨缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年3月

	3月9日 月	3月10日 火	3月11日 水	3月12日 木	3月13日 金	3月14日 土	3月15日 日
朝食	煮豆 マカロニサラダ 味噌汁 牛乳	さつま揚げの煮物 しらすおろし 味噌汁 牛乳	鯖の塩焼き 紅白なます 味噌汁 牛乳	マカロニクリーム煮 キャベツと人参の和え物 味噌汁 牛乳	竹輪とインゲンの炒め ほうれん草だし酢和え 味噌汁 牛乳	じゃが芋のカレー炒め 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁 牛乳	鶏肉となすさっぱり炒め 白菜の浅漬け 味噌汁 牛乳
昼食	ポークチャップ もやしの中華炒め 大根カニカマサラダ 味噌汁	麻婆豆腐 海鮮シュウマイ 春雨中華サラダ 中華スープ	3種フライ盛り ひじき煮 小松菜のおかか和え 味噌汁	グリルチキン 真砂煮 サツマイモサラダ 味噌汁	白身魚ネギチリ焼き 焼きそば 卵サラダ 味噌汁	おろしハンバーグ アスパラペロンチーノ風 マヨネーズサラダ コンソメスープ	たらのピリ辛焼き 里芋煮っころがし ほうれん草おかか和え 味噌汁
夕食	たらの野菜あんかけ ゴロゴロ根菜煮 コールスローサラダ 抹茶牛乳かん	鶏肉のピザ風焼き グリーンソテー もずくとキノコの和え物 オレンジ	かに玉 里芋煮 豚肉 カリフラワーのサラダ もも缶	豚肉のカレー炒め 高野豆腐の煮物 もやしサラダ キウイフルーツ	酢豚 白菜の煮物 ビビンバ風ナムル カクテルフルーツ缶	鶏肉マスタードソース 春雨の中華煮 かぶの和え物 パイナップル	海鮮揚げ出し豆腐 豚肉とゴボウしぐれ煮 もやしのなめ茸和え 白桃缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年3月

	3月16日 月	3月17日 火	3月18日 水	3月19日 木	3月20日 金	3月21日 土	3月22日 日
朝食	切昆布煮(サツマアゲ) トマトサラダ 味噌汁 牛乳 	豆乳煮 キャベツ昆布和え 味噌汁 野菜ジュース	麻婆大根 白菜中華和え 味噌汁 牛乳	西京焼き ブロッコリー辛子和え 清汁 牛乳 	ちゃんぽん煮 ゆず大根 味噌汁 牛乳	玉子焼き オニオンのコールスロー 味噌汁 牛乳 	木の葉煮 長芋なめたけ和え 味噌汁 野菜ジュース
昼食	サバの南蛮漬け 大豆ミートとジャガイモ煮 ささみとシメジの香味サラダ 味噌汁	時雨煮ごはん 鶏肉の甘酢あん 厚揚げの煮物 三色和え 味噌汁	白身魚のタラコ焼き 柳川風 海藻サラダ 味噌汁	豚キムチ 南瓜のゴマ煮 切干大根のサラダ 中華スープ 	豆腐のタラコあん 里芋と豚肉煮 なすのポン酢和え 味噌汁	揚げ鶏のネギソース 中華風大豆煮 ほうれん草ナムル 卵とトマトの中華スープ	鶏の磯辺揚げ チンゲン菜炒め煮 トマトと胡瓜のサラダ 味噌汁
夕食	鶏のゆず胡椒焼き かぶの煮物 南瓜のゴママヨサラダ オレンジ	スペイン風カレーオムレツ なすとウインナーソテー ほうれん草キノコサラダ ブラマンジェ	肉じゃが 小松菜の炒め物 カリフラワーゴマドレ みかん缶	鶏のネギ塩焼き 煮豆 かぶのレモン漬け カクテルフルーツ缶	さばバーベキューソース 白菜のシメジ煮 バンバンジーサラダ パイナップル	たらのパン粉焼き 黒はんぺんの煮物 胡瓜のサラダ オレンジ 	サバの味噌マヨ焼き かぶのそぼろ煮 キャロットラペ 白桃缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年3月

	3月23日 月	3月24日 火	3月25日 水	3月26日 木	3月27日 金	3月28日 土	3月29日 日
朝食	いわしのつみれ煮 キャベツ香味サラダ 味噌汁 牛乳 	青梗菜オイスター炒め 厚揚げ薬味漬け 味噌汁 ヨーグルト	チーズシチュー もずくの酢の物 味噌汁 野菜ジュース	ホキの味噌マヨ焼き 小松菜の和え物 清汁 牛乳 	里芋と鶏肉の旨煮 チンゲン菜サラダ 味噌汁 牛乳 	ふんわり天 ほうれん草の磯和え 味噌汁 牛乳	カニ入り玉子焼き 白菜さっぱり和え 味噌汁 野菜ジュース
昼食	鰯のみぞれあん 筑前煮 カリフラワー卵サラダ 味噌汁	かに玉 じゃがたらこ 大根ツナマヨ 味噌汁	とり天 ブロッコリー中華煮 うぐいす豆 清汁	麻婆茄子 長芋かにあんかけ ささみ和え 卵とほうれん草の中華スープ	ポークストロガノフ キャベツソテー カクテルサラダ コンソメスープ	韓国風焼き肉 南瓜煮物 白菜マヨネーズ和え 味噌汁	麦飯 タラの西京焼き 厚揚げ煮物 とろろ汁 清汁
夕食	鶏団子トマト煮 アスパラのバター風炒め ピクルス オレンジゼリー	酢鶏 油茄子 南蛮サラダ キウイフルーツ 	豚肉香味炒め ナポリタン 白ハンペンおかか和え カクテルフルーツ缶 	スパニッシュオムレツ チンゲン菜の洋風煮 薬味きゅうり オレンジ	鶏肉ガーリックソース きのこのバター炒め カブのゆかり和え パイナップル	さわらのチリソース なすの煮物 小松菜とハムのゴマドレ 白桃缶	親子煮 さつま芋レモン煮 たらこサラダ キウイフルーツ

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年3月

	3月30日 月	3月31日 火
朝食	大根赤みそ煮 きゅうりの梅肉和え 清汁 牛乳	黒はんぺん生姜煮 なめこおろし 味噌汁 牛乳
昼食	フライ2種盛り ピーマンと豚肉炒め物 トマトと玉ねぎのサラダ 味噌汁	鶏肉バンバンジーソース カブのコンソメ煮 ポテトサラダ 味噌汁
夕食	鶏肉バーベキューソース キャベツ炒め 里芋のゴマ和え みかん缶	カレイのマスタード焼き がんも煮 ほうれん草の和え物 芋ようかん



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。