

給食献立表

2026・3月

日高市立保育所

日	曜	3 歳 以 上 児	
		昼 食	お や つ
2	月	ご飯・豚肉とごぼうのしぐれ煮風・きゅうり昆布和え・みそ汁(チンゲン菜、高野豆腐)	牛乳・れんこんおやき
3	火	ちらし寿司・竹輪カレー揚げ・みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ、水菜)	ジョア・ひなあられ
4	水	ご飯・豚肉生姜焼き・白菜コールスローサラダ・みそ汁(なめこ、わけぎ)	牛乳・ジャム蒸しパン
5	木	ご飯・八宝菜・スティックきゅうり・わかめスープ	牛乳・焼びん
6	金	ご飯・カレー煮付け・キャベツの甘酢和え・みそ汁(里いも、ほうれん草)	牛乳・シュガーラスク
7	土	茶・ミートソーススパゲティ	
9	月	ご飯・チキンカレー・フルーツヨーグルト	茶・こめ棒
10	火	ご飯・さば西京焼き・ひじき煮・すまし汁(なると、玉ねぎ、豆苗)	牛乳・焼きそば
11	水	ご飯・ささみオーロラ和え・キャベツとハムブロッコリーのサラダ・みそ汁(えのき、にら)	牛乳・いもようかん
12	木	ご飯・豆腐ひじきハンバーグ・きんぴらごぼう・みそ汁(きゃべつ、麩)	牛乳・ナポリタンスパゲティ
13	金	ご飯・赤魚甘辛煮・れんこんツナサラダ・みそ汁(かぶ、葉、しめじ)	茶・おにぎり
14	土	茶・ミートドリア	
16	月	ご飯・鶏の唐揚げ・コールスローサラダ・みそ汁(じゃがいも、小松菜)	牛乳・クッキー
17	火	ご飯・鮭のおろし煮・青菜3色和え・みそ汁(大根、油揚げ)	牛乳・ホットケーキ
18	水	ご飯・すき焼風煮・グレープフルーツ・みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ、水菜)	牛乳・レーズン蒸しパン
19	木	ご飯・ツナ黄金焼・スパゲティサラダ・みそ汁(チンゲン菜、高野豆腐)	牛乳・五平餅
21	土	茶・和風ツナスパゲティ	
23	月	ご飯・ポークカレー・パイナップルサラダ	コーンフレーク
24	火	ご飯・アジフライ・ブロッコリーおかか和え・みそ汁(岩のり、じゃがいも)	茶・きつねうどん
25	水	ご飯・レバー入りハンバーグ・きゅうりとトマトの和え物・みそ汁(なめこ、ほうれん草)	牛乳・ゆでじゃが
26	木	ご飯・麻婆豆腐・きゅうり梅肉和え・春雨スープ	牛乳・さつまスティック
27	金	ご飯・さば塩焼き・肉じゃが・みそ汁(白菜、油揚げ)	牛乳・お好み焼き
28	土	茶・ナポリタンスパゲティ	
30	月	ご飯・ポークシチュー・トマトときゅうりの甘酢和え	茶・バナナヨーグルトかけ
31	火	ご飯・はんぺんフライ・小松菜なめたけ和え・みそ汁(さつまいも、玉ねぎ、わかめ)	牛乳・いちごジャムサンド

～今年度もご理解、ご協力をいただきありがとうございました～

調理室では、嗜好調査や味付けの濃さ、量が適量であるかなど、毎月の会議で少しずつ調整をしています。来年度以降も工夫をしながら、子どもたちが楽しい給食の時間を送れるよう、安心安全な給食の提供をまいります。ありがとうございました。

3歳以上児
エネルギー：542kcal
タンパク質：21.0g
脂 質：16.6g

3歳未満児
エネルギー：454kcal
タンパク質：18.3g
脂 質：14.6g

★子どもたちに人気のいちおしメニュー(レシピ付き)を掲載しています。
日高市子育て応援課のホームページ“公立保育所のおひるごはん”をご覧ください。

HP

日高市 公立保育所のおひるごはん

検索

