



2026年3月ランチメニュー 乳児



今月の栄養量
 エネルギー：433kcal
 たんぱく質：15.2g
 脂質：13.1g
 食塩相当量：1.2g

旬の食材
 ・春キャベツ
 ・清見オレンジ



「おべんとうバス」 作/絵:真珠まりこ ひさかたチャイルド

Let's! 和ごはん
 農林水産省 国民協働プロジェクト

～「和ごはん」を取り入れよう～
 からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

たかがみねこども園

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
	☆ひなまつり☆				
菜飯ごはん	ちらし寿司	ごはん	玉子うどん	ごはん	ウィンナーピラフ
たらの和風マリネ	鶏天	鮭のレモン風味焼き	もやしと豚肉の炒め物	豚肉の生姜炒め	チキンナゲット
大豆の五目煮	ほうれん草のお浸し	白菜のおかか和え	バナナ	バター醤油ポテト	具だくさんスープ
モロヘイヤと玉葱の味噌汁	花麩とわかめのすまし汁	ほうれん草とえのきの味噌汁		かきたま汁	
わらび餅	ピーチケーキ	カスタードデニッシュ	豆腐ドーナツ	お好み焼き	満月ボン
お茶	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	牛乳
9	10	11	12	13	14
☆食育：春キャベツ☆	☆お誕生会メニュー☆	☆ものがたりメニュー☆ ☆食体験：おべんとうづくり☆			☆卒園式☆
ビーフカレー	人参ごはん 大好評	ゆかりおにぎりとごま塩おにぎり	ごはん NEW	ミートスパゲティ	
春キャベツのコールスローサラダ	フィッシュアンドチップス	鶏肉の唐揚げ	クロムツの照り焼き	フライドポテト	
パイナップル	マカロニサラダ・清見オレンジ	ウィンナー・ブロッコリーのごま和え	切干大根煮	具だくさんポトフ	
抹茶クッキー	じゃが芋と玉ねぎのスープ	大根としめじのすまし汁	さつま芋と玉ねぎの味噌汁		
牛乳	レーズンケーキ	★ビスコ	ピーチヨーグルト	鶏ごぼうおにぎり	
	牛乳	ぶどうジュース	エースコイン・お茶	お茶	
16	SDGs 17	18	19	20	21
	☆ハーモニーウィーク献立☆			☆春分の日☆	
菜飯ごはん	ごはん	ごはん	しっぽくうどん		親子丼
たらの和風マリネ	チキン・パルミジャーノ	鮭のレモン風味焼き	ちくわの磯辺揚げ		ブロッコリーの和え物
大豆の五目煮	パスタサラダ	白菜のおかか和え	バナナ		麩とわかめの味噌汁
モロヘイヤと玉葱の味噌汁	キャベツとコーンのスープ	ほうれん草とえのきの味噌汁			
人参ブリッツ	フルーツポンチ	麩のラスク	ぼたもち		マリ-
牛乳	お茶	牛乳	お茶		牛乳
23	24	25	26	27	28
					☆入園式☆
ハヤシライス	麦ごはん	ごはん	ごはん NEW	ミートスパゲティ	
春キャベツのコールスローサラダ	さばの塩焼き	鶏肉の唐揚げ	クロムツの照り焼き	フライドポテト	
パイナップル	ひじき煮	ブロッコリーのごま和え	切干大根煮	具だくさんポトフ	
	豆腐とうすあげの味噌汁	大根としめじのすまし汁	さつま芋と玉ねぎの味噌汁		
黒糖蒸しパン	納豆チーズトースト NEW	ビスコ	きな粉ちんすこう	フルーツとヨーグルトのパフェ	
牛乳	牛乳 NEW	りんごジュース	牛乳	お茶	
30	31				
		<p>★11日おやつ「ビスコ」★ 3月11日は東日本大震災の日です。 おやつでは保存食の「ビスコ」を提供します。</p>		<p>テーマカラーは オレンジ！</p> <p>3/17～3/23</p> <p>ハーモニーウィーク</p> <p>オーストラリアの多様性を尊重する1週間です。 文化や国が違っても他国の文化を尊重し、 様々な文化をより深く知しましょう！ ハーモニーウィークでは、自国の料理を持ち寄ります。</p>	
オレンジゼリー	ココナッツサブレ				
ぼたぼた焼き・お茶	牛乳				