



令和8年3月 献立表



美唄市立ピパの子保育園
3才以上児

日 曜	献立名		栄養価
	昼食	15時	
2月	みそ焼き肉 酢の物 みそ汁	牛乳 パームクーヘン	エネルギー：311kcal タンパク：16.9g 脂質：14.4g
3火	白身魚のコーンフレーク焼き カラフル野菜のおかか和え みそ汁 納豆	カルピス あられ	エネルギー：284kcal タンパク：17.9g 脂質：4.7g
4水	❁変わりちらし 青菜とひじきのお浸し 清まし汁	牛乳 クッキー	エネルギー：425kcal タンパク：14.7g 脂質：12g
5木	豆腐のカレー煮 バンサンスー みそ汁	野菜ジュース カリポテ	エネルギー：240kcal タンパク：9g 脂質：7.4g
6金	★鶏のから揚げ ツナサラダ ラーメン(小) 果物	ゼリー	エネルギー：724kcal タンパク：27.3g 脂質：18.9g
7土	麺入りカレースープ 大豆とコーンの炒めもの 果物	乳酸菌飲料 ビスコ	エネルギー：503kcal タンパク：20.6g 脂質：9.7g
9月	タンドリーチキン 切干大根と青菜のごま和え みそ汁	牛乳 せんべい	エネルギー：235kcal タンパク：18.1g 脂質：8.9g
10火	じゃがいもと挽肉の味噌バター煮 キャベツのおかか和え みそ汁	牛乳 サブレ	エネルギー：347kcal タンパク：12.3g 脂質：14.2g
11水	高野豆腐の煮物 青菜とツナの中華和え みそ汁 納豆	牛乳 とんがりコーン	エネルギー：305kcal タンパク：17.6g 脂質：16.3g
12木	豚肉のしょうが焼き 白菜ごま入りお浸し みそ汁	牛乳 クッキー	エネルギー：247kcal タンパク：18g 脂質：9.9g
13金	白身魚フライ わかめ入り塩味ナムル みそ汁	牛乳 クラッカー	エネルギー：346kcal タンパク：17.3g 脂質：17.5g
14土	麺入り和風スープ ポテトミルク煮 果物	牛乳 チーズ	エネルギー：435kcal タンパク：17.7g 脂質：9.6g
16月	豚肉のトマト煮 ジャーマンポテト みそ汁	牛乳 クッキー	エネルギー：365kcal タンパク：18.8g 脂質：16.2g
17火	スペインオムレツ風卵焼き じゃこサラダ みそ汁 納豆	ゼリー	エネルギー：262kcal タンパク：14g 脂質：10.5g
18水	鶏肉のチーズ焼き キャベツとしらすのソテー みそ汁 果物	牛乳 さつまいもきなこ	エネルギー：342kcal タンパク：22.3g 脂質：13.5g
19木	白身魚のみそチーズ焼 青菜のなめ茸和え みそ汁	プリン	エネルギー：212kcal タンパク：14.1g 脂質：6.4g
21土	スパゲッティナポリ風 野菜スープ 果物	乳酸菌飲料 クッキー	エネルギー：580kcal タンパク：15.4g 脂質：13.6g
23月	麻婆豆腐 春雨サラダ みそ汁	牛乳	エネルギー：216kcal タンパク：11.5g 脂質：10.8g
24火	焼鮭 ポテトサラダ みそ汁	牛乳 せんべい	エネルギー：285kcal タンパク：14.7g 脂質：13.2g
25水	鶏肉の照り焼き 青菜のしらす和え みそ汁 果物	牛乳 おとうふ入りごまだんご	エネルギー：280kcal タンパク：19.6g 脂質：9g
26木	和風豆腐ハンバーグ 胡瓜のごま酢和え みそ汁	牛乳 サブレ	エネルギー：310kcal タンパク：16.6g 脂質：15.9g
27金	ポークカレー ピーマンともやしのナムル 果物	牛乳 ラスク	エネルギー：331kcal タンパク：13.5g 脂質：9.8g
28土	五目焼きそば 中華スープ ヨーグルト	牛乳 サブレ	エネルギー：455kcal タンパク：21.2g 脂質：10.7g
30月	鶏肉のごまみそ焼き 人参のしりしり みそ汁	牛乳 せんべい	エネルギー：286kcal タンパク：19.7g 脂質：12g
31火	白身魚のマヨ焼き ブロッコリーツナマヨ和え みそ汁 果物	乳酸菌飲料 にんじんホットケーキ	エネルギー：337kcal タンパク：16.5g 脂質：10.3g

★3月6日(金)お別れ会後の昼食について

きりん・ぱんだ組は献立表のメニューです。きりん・ぱんだ組のお子さんは通常どおり主食をご持参ください。
ぞう組は献立表のメニューにおにぎり・サンドイッチ等を加え、バイキング形式の卒園給食メニューを提供します。
ぞう組のお子さんは主食の持参は必要ありません。



今月のお誕生会

❁ 3月4日(水)



★今年度も保育園給食へのご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。

月平均値	
エネルギー	347kcal
蛋白質	17g
脂質	11.8g
食塩	1.8g