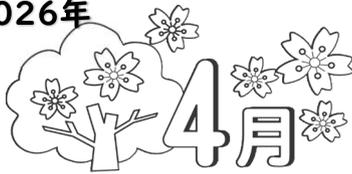
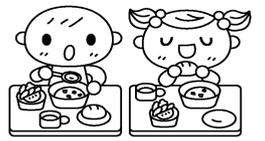


2026年



こんだてびょう



三ツ境たんぽぽ保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3色分類			午後おやつ	
				黄 (カや体温のもとになる)	あか (体をつくる・血や肉になる)	みどり (体の調子を整える)		
13	27	月	胚芽小麦のクラッカー ご飯 豆腐みそ汁 鶏肉の磯辺焼き にんじんのつなあえ	七分つき米、砂糖、油	牛乳、鶏もも(皮なし)、木綿豆腐、ゆであずき、ホイップクリーム、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ツナ水煮、ゼラチン、きな粉	バナナ、もやし、にんじん、だいこん、あおのり	あずきミルクプリン 果物 牛乳	
14	28	火	プレーンビスケット ご飯 みそ汁 さわらの西京焼き 切干大根の煮物	さつまいも、七分つき米、砂糖	牛乳、さわら、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ	りんご、にんじん、たまねぎ、切り干しだいこん、いんげん、えのきたけ、粉かんでん	さつまいもようかん 果物 牛乳	
1	15	水	ミレービスケット 醤油ラーメン さつま芋のコロコロサラダ	ゆで中華めん、七分つき米、さつまいも、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)赤身、スライスチーズ、かつお節	バナナ、はくさい、たまねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、コーン、ねぎ、あおのり	カルシウムおにぎり 果物 牛乳	
2	16	30	木	プレーンビスケット ご飯 みそ汁 さわらの照り焼き ひじきの煮物	七分つき米、ホットケーキ粉、さつまいも、砂糖	牛乳、さわら、調製豆乳、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、にんじん、たまねぎ、だいこん、いんげん、ひじき	ココアパンケーキ 果物 牛乳
3	17	金	のりものビスケット フランスパン スープ ハンバーグ ポパイサラダ	焼きそばめん、フランスパン、マヨネーズ(卵不使用)、パン粉、片栗粉、油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)赤身、牛乳	たまねぎ、ほうれんそう、オレンジ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、コーン、すりごま	焼きそば 果物 牛乳	
4	18	土	プレーンビスケット 豚丼 みそ汁 きゅうりのさっぱり和え	七分つき米、さつまいも、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	たまねぎ、バナナ、きゅうり、にんじん、コーン、ごま、しょうが	おせんべい 果物 牛乳	
6	20	月	胚芽小麦のクラッカー ~宮崎県郷土料理~ たけのこ混ぜ御飯 豆腐すまし汁 ほうれん草のごま和え	さつまいも、七分つき米、砂糖	牛乳、木綿豆腐、鶏もも(皮なし)、油揚げ	バナナ、ほうれんそう、にんじん、たけのこ、だいこん、ごま、わかめ	スティックふかし芋 果物 牛乳	
7	21	火	プレーンビスケット ご飯 みそ汁 さけの風味照り焼き 白和え	七分つき米、小麦粉、砂糖、油	牛乳、しろさけ、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ濃縮果汁、ほうれんそう、みかん、たまねぎ、にんじん、ごま、わかめ、あおのり	みかん蒸しパン 牛乳	
8	22	水	ミレービスケット チキンカレー スープ 甘酢和え	七分つき米、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、鶏もも(皮なし)、ホイップクリーム、ゼラチン	りんご濃縮果汁、バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だいこん、きゅうり、コーン	りんごゼリー 果物 牛乳	
9	23	木	プレーンビスケット ご飯 五目みそ汁 さけの塩焼き かぼちゃの煮つけ	食パン、七分つき米、さつまいも、砂糖	牛乳、しろさけ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	かぼちゃ、りんご、たまねぎ、だいこん、にんじん、いちごジャム	いちごジャムサンド 果物 牛乳	
10	24	金	のりものビスケット フランスパン スープ タンドリーチキン ツナサラダ	フランスパン、七分つき米、マヨネーズ(卵不使用)、砂糖	牛乳、鶏もも肉、プレーンヨーグルト、ツナ水煮	バナナ、キャベツ、たまねぎ、コーン、きゅうり、にんじん、ごま、わかめ、にんにく	わかめおにぎり 果物 牛乳	
11	25	土	プレーンビスケット ご飯 中華スープ 麻婆豆腐	七分つき米、砂糖、油、ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、にんじん、たけのこ、ねぎ、にんにく、しょうが、わかめ	胚芽小麦のクラッカー 果物 牛乳	

給食MEMO

★献立表に記載の食材を必ず確認して下さい。

★行事、その他の都合により献立を変更することがあります。

★午前のおやつは乳児クラスに提供します。麦茶が付きます。

★4月提供予定のくだもの:オレンジ、りんご、バナナ(入荷状況により変わります。)午後おやつと一緒に果物を提供します。