

給食メニュー 2025年3月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2025. 03. 01					
2025. 03. 03	2025. 03. 04	2025. 03. 05	2025. 03. 06	2025. 03. 07	2025. 03. 08
雛まつり寿司 味噌汁 (豆腐・玉ねぎ・あおさ) 鶏の塩麴焼き 果物 お誕生日ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁 (もずく・えのき・ごま) 鶏とゴボウのさっと煮 人参しりしり バナナヨーグルト	雑穀ごはん 味噌汁 (大根・キャベツ・ごま) 鮭と大豆とじゃが芋の煮物 ワカメとツナの炒め物 大根の塩昆布漬け みかん寒天 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・わかめ) 魚の醤油麴焼き しらすとよもぎの粉ふき芋 わかめ納豆 お誕生日ケーキ	ツナと塩昆布の炊き込みご飯 味噌汁 (さつま芋・しめじ・ごま) 魚の竜田揚げ 人参胡麻サラダ 醤油せんべい	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2025. 03. 10	2025. 03. 11	2025. 03. 12	2025. 03. 13	2025. 03. 14	2025. 03. 15
ごはん 味噌汁 (もやし・油揚げ・ごま) 魚の照り焼き 小松菜とツナの塩昆布和え コーン納豆 ヨーグルトフルーツ寒天 焼塩せんべい	ごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ・あおさ) 魚チャンチャン焼き じゃが芋人参のきんぴら 金時豆 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁 (あおさ・じゃが芋・ごま) 鶏の塩麴焼き ひじきの煮物 果物 米粉かぼちゃケーキ	ごはん 味噌汁 (ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参・ごま) 魚のソテー味噌ソース 果物 キャベツ納豆 ふかし芋 牛乳	梅おかかごはん 味噌汁 (さつま芋・玉ねぎ・わかめ) 豆腐ハンバーグ 人参じゃこ炒め 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 03. 17	2025. 03. 18	2025. 03. 19	2025. 03. 20	2025. 03. 21	2025. 03. 22
ごはん 味噌汁 (豆腐・ねぎ・わかめ) 魚の塩麴焼き 豆苗ともやしのベーコン炒め 梅おかか納豆 サラダチキン きゅうりスティック	梅おかかごはん 味噌汁 (もずく・えのき・ごま) 筑前煮 スナッフエンドウ醤油麴添え ミックスヨーグルト プルーン	雑穀ごはん 野菜スープ 魚のハーブムニエル 大豆ことことトマト 果物 柿のメープルごま絡め 果物	休園日	ごはん わかめとコーンのスープ 豚肉のリンゴソース煮 しらす くだものパフェ 南部せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2025. 03. 24	2025. 03. 25	2025. 03. 26	2025. 03. 27	2025. 03. 28	2025. 03. 29
ごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ・あおさ) 魚の昆布蒸し 洋風切り干し大根 コーン納豆 よもぎ蒸しパン 牛乳	糸こんにゃくそぼろごはん 味噌汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 塩麴ポテトサラダ 大根の塩昆布漬け みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん ポトフ 魚のオレンジソース ラタトゥイユ ほうれん草のカレー風味炒め わかめツナおにぎり	ごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ・あおさ) 魚のゴマ味噌がけ かぼちゃ胡麻和え 大根納豆 マカロニきな粉	豚汁うどん 高野豆腐のツナそぼろ ブロッコリーと人参のごま和え 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2025. 03. 31	<今月の予定> 3月7日(金) 食育「3色食品群」…食品を赤・緑・黄の3つの色に分類して、それぞれの栄養についてお話をします。 3月21日(金) お料理「くだものパフェ」…バナナやいちご、みんなが大好きな果物たっぷりのパフェを楽しみます。				

*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。