

令和7年		令和6年度3月保育園給食献立表			令和6年度3月保育園給食献立表		小牧市子ども発達部 幼児教育・保育園	
日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ（午前は3歳未満児のみ）			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1 ／ 土	（3歳未満）カレーライス	パパッとライスやんわかごはんこしひかり アンパンマンカレー ポーク甘口			午前	（3歳未満）お茶		
	（3歳未満）野菜ジュース	きになる野菜（白ぶどう＆ほうれん草）				（3歳未満）お菓子		
	（3歳未満）スティックチーズ		スティックチーズ		午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子		
午後おやつ		お菓子						
3 ／ 月	さけの三色丼	精白米 三温糖 白すりごま	鮭フレーク 錦糸玉子	ほうれんそう	午前	お茶		
	すまし汁		ちらしかまぼこ（梅） だしパック	えのきたけ 糸みつば にんじん		4 Pアンパンマンのおこめボール		
	ももゼリー	国産ももゼリー			午後	牛乳 （手）ひなまつりデコレーションケーキ		
午後おやつ		カステラ長崎 （3歳以上）フローズンホイップ	牛乳	みかんシロップ漬け				
4 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳		
	しょうゆラーメン	中華めん キャノーラ油 ごま油	豚もも肉	にんじん ねぎ 緑豆もやし キャベツ		味しらべ		
	蒸しぎょうざ		焼きぎょうざ		午後	お茶 星たべよ 清見オレンジ		
午後おやつ		星たべよ		清見オレンジ				
5 ／ 水	ごはん	精白米			午前	牛乳		
	わかめスープ	ごま油	カットわかめ	にんじん スイートコーン たまねぎ		たべっ子BABY		
	からあげ	片栗粉 キャノーラ油	鶏もも肉	しょうが	午後	牛乳 ぶどうゼリー （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい		
午後おやつ		ぶどうゼリー （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい	牛乳	トマト				
6 ／ 木	カレーライス	精白米 じゃがいも キャノーラ油 大地の野菜カレーW甘口	豚もも肉	たまねぎ にんじん	午前	牛乳 エントリー		
	コーンサラダ	白すりごま 三温糖 キャノーラ油		きゅうり にんじん スイートコーン 緑豆もやし		牛乳		
	みかん			みかん	午後	きなこ餅 （3歳以上）スターしるこサンド		
午後おやつ		きなこ餅 （3歳以上）スターしるこサンド	牛乳					
7 ／ 金	ごはん	精白米			午前	牛乳		
	みそ汁	じゃがいも	カットわかめ 冷凍角切り豆腐 だしパック 白みそ 赤みそ	たまねぎ		バナナ		
	いわしの梅煮		いわし梅煮		午後	牛乳 ビスコ（ミルク・いちご） （3歳以上）ぱりんこ減塩		
午後おやつ		ビスコ（ミルク・いちご） （3歳以上）ぱりんこ減塩	牛乳	きゅうり キャベツ にんじん				
8 ／ 土	（3歳未満）ハムロールパン	ハムロールパン			午前	（3歳未満）お茶		
	（3歳未満）牛乳		メイトースリム牛乳			（3歳未満）お菓子		
	（3歳未満）野菜ゼリー	国産やさいゼリー			午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子		
午後おやつ		お菓子						
10 ／ 月	ごはん	精白米			午前	お茶		
	肉じゃが	じゃがいも 糸こんにゃく キャノーラ油 三温糖	豚もも肉	たまねぎ にんじん		アンパンマンのベビーせんべい		
	土佐漬け	白いりごま 三温糖	かつお削り節	キャベツ きゅうり にんじん レモン果汁	午後	牛乳 カルテツほうれん草ドーナツ （3歳以上）おにぎりせんべい銀シャリ		
午後おやつ		カルテツほうれん草ドーナツ （3歳以上）おにぎりせんべい銀シャリ	牛乳					
11 ／ 火	鶏そぼろの三色丼	精白米 三温糖	鶏ももひき肉 白みそ	しょうが スイートコーン ほうれんそう	午前	牛乳		
	春雨スープ	はるさめ ごま油	ボンレスハム	にんじん ねぎ 干ししいたけ		かぼちゃポーロ		
	ヨーグルト		コアコアプラス		午後	牛乳 （3歳未満）アンパンマンひとくちビスケット （3歳以上）ミニ肉まん		
午後おやつ		（3歳未満）アンパンマンひとくちビスケット （3歳以上）ミニ肉まん	牛乳					
12 ／ 水	ごはん	精白米			午前	牛乳		
	すまし汁		冷凍角切り豆腐 だしパック	えのきたけ ねぎ にんじん		アンパンマンふんわりコーン		
	アジのフリッター	キャノーラ油	あじフリッター		午後	牛乳 （3歳未満）ハーベストバタートースト （3歳以上）きなこ棒 おとっとと		
午後おやつ		白すりごま 三温糖 （3歳未満）ハーベストバタートースト （3歳以上）きなこ棒 おとっとと	牛乳	ほうれんそう 緑豆もやし				
13 ／ 木	ミルクロールパン	ミルクロールパン			午前	牛乳		
	コンソメスープ	じゃがいも キャノーラ油		にんじん キャベツ		ミニぼんごさかな		
	ハンバーグのケチャップ煮	キャノーラ油	ポーク&チキンハンバーグ	たまねぎ にんじん ぶなしめじ	午後	お茶 （手）ラップおにぎり（菜めし）		
午後おやつ		精白米	（3歳以上）焼きのり	栗めしふりかけ				
14 ／ 金	ごはん	精白米			午前	牛乳		
	いり豆腐	キャノーラ油 三温糖	冷凍角切り豆腐 ちくわ 鶏ももひき肉	たまねぎ にんじん		（手）ふかしいも		
	小松菜のナムル	ごま油 三温糖 白すりごま		こまつな にんじん 緑豆もやし	午後	牛乳 雪の宿サラダ （3歳以上）りんごジャムサンド		
午後おやつ		雪の宿サラダ （3歳以上）りんごジャムサンド	牛乳					
15 ／ 土	（3歳未満）ハヤシライス	パパッとライスやんわかごはんこしひかり アンパンマンハヤシポーク			午前	（3歳未満）お茶		
	（3歳未満）牛乳		メイトースリム牛乳			（3歳未満）お菓子		
	（3歳未満）りんごゼリー	国産りんごゼリー			午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子		
午後おやつ		お菓子						

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



卒園・進級を控えた子どもたちの表情は、自信にあふれてきらきらと輝いています。1年間に身長や体重はどれくらい成長したでしょうか？
1年間のご家庭での食生活も子どもとともに振り返ってみましょう。



～1年の食事を振り返ってみましょう！～

この1年を通してどれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？
春はキャベツ、夏はなすやピーマン、秋はくりにさんま、さつまいも、冬ははくさいにだいこんなど、園で収穫したものもあります。
旬の味を知ることそれぞれの食材が持つおいしさを伝えていけたらと思います。
また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守れていたでしょうか？
ご家庭でも1年間の食事を振り返り、右の図を見て当てはまるところにチェックしてみましょう！



みんなは何個
チェックできたかな？

～食生活チェック！～

- ☐ 食事の前に手を洗うことができた
- ☐ 食事の準備や片付けを手伝うことができた
- ☐ 「いただきます」と「ごちそうさま」を言えた
- ☐ 姿勢正しく食べることができた
- ☐ スプーンやはしを上手に使うことができた
- ☐ よく噛んで、味わって食べることができた
- ☐ 楽しく食べることができた
- ☐ 三食決まった時間に食べることができた
- ☐ 朝食をかかさず食べた



キミと一緒に、育っていきたい。
Komaki

令和7年		令和6年度3月保育園給食献立表			小牧市こども発達部 幼児教育・保育課	
日 ／ 曜	献立名	材 料 名			お や つ（午前は3歳未満児のみ）	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
17 ／ 月	豚丼	精白米 糸こんにゃく キャノーラ油 三温糖	豚もも肉	たまねぎ にんじん ねぎ	午前	お茶 1才からのサッポロポテト
	チンゲン菜のすまし汁		だしパック	えのきたけ にんじん チンゲン菜		
	型抜きチーズ		型抜きチーズ		午後	お茶 ソフトサラダ デコボン
	午後おやつ	ソフトサラダ		デコボン		
18 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳 野菜ハイハイン
	五目うどん	干しうどん	だしパック 油揚げ 鶏もも肉 ちらしかまぼこ（桜）	にんじん 干ししいたけ たまねぎ ねぎ		
	はくさいとにんじんの塩昆布あえ	ごま油	塩こんぶ	はくさい にんじん	午後	牛乳 ムーンライト （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい
	午後おやつ	ムーンライト （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい	牛乳			
19 ／ 水	ビーフカレーライス	精白米 じゃがいも キャノーラ油 大地の野菜カレールウ甘口	牛もも肉	たまねぎ にんじん	午前	牛乳 ソフトな小魚せん
	フルーツサラダ	キャノーラ油 三温糖		キャベツ きゅうり バインシロップ漬		
	りんごゼリー	国産りんごゼリー			午後	牛乳 （手）きな粉蒸しケーキ
	午後おやつ	ホットケーキミックス 三温糖 きな粉	牛乳			
20 ／ 木					午前	
	休園日					
					午後	
	【雪分の日】					
21 ／ 金	ゆかりごはん	精白米		ゆかりふりかけ	午前	お茶 白い風船コクウまミルククリーム味
	すまし汁		だしパック ちらしかまぼこ（桜）	にんじん ねぎ スイートコーン		
	ししゃもフライ	キャノーラ油 三温糖 白すりごま	ししゃもフライ		午後	（3歳未満）牛乳 お祝いいちごゼリー （3歳以上）アシドミルク
	ゆで野菜	（3歳未満）お祝いいちごゼリー （3歳以上）お米deお祝いケーキ	（3歳未満）牛乳 （3歳以上）アシドミルク	きゅうり キャベツ にんじん		お米deお祝いケーキ
22 ／ 土	（3歳未満）ウインナーロールパン	ウインナーロールパン			午前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）野菜ジュース	きになる野菜（白ぶどう＆ほうれん草）				
	（3歳未満）スティックチーズ		スティックチーズ		午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	午後おやつ	お菓子				
24 ／ 月	ごはん	精白米			午前	お茶 たべっこどうぶつバター味
	中華風野菜スープ	キャノーラ油 ごま油		緑豆もやし にんじん スイートコーン はくさい		
	厚揚げのひき肉煮	キャノーラ油 三温糖 片栗粉	もめん厚揚げ 鶏もも肉	たまねぎ にんじん 干ししいたけ	午後	牛乳 きらきらコーンのおほしさま （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム
	午後おやつ	きらきらコーンのおほしさま （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム	牛乳			
25 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳 1才からのかっぱえびせん
	みそ汁		油揚げ カットわかめ だしパック 白みそ	えのきたけ		
	筑前煮	じゃがいも つきこんにゃく 三温糖 キャノーラ油	鶏もも肉	れんこん ごぼう にんじん 干ししいたけ	午後	牛乳 カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン （3歳以上）ばかうけ青のり
	午後おやつ	カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン （3歳以上）ばかうけ青のり	牛乳			
26 ／ 水	ごはん	精白米			午前	牛乳 きなこ餅
	みそ汁	さといも	カットわかめ だしパック 赤みそ	たまねぎ えのきたけ		
	さばの土佐煮		さば土佐煮		午後	牛乳 （手）マカロニあべかわ
	キャベツのゆかりあえ			キャベツ 油揚げふりかけ		
27 ／ 木	午後おやつ	マカロニ きな粉 三温糖	牛乳			
	ごはん	精白米			午前	お茶 オレンジ
	春雨スープ	はるさめ ごま油		にんじん はくさい 干ししいたけ ねぎ		
	豚肉と野菜のみそ炒め	キャノーラ油 三温糖	豚もも肉 赤みそ	キャベツ にんじん たまねぎ ビーマン	午後	牛乳 えびちび （3歳以上）クッピーラムネ
28 ／ 金	午後おやつ	えびちび （3歳以上）クッピーラムネ	牛乳			
	ごはん	精白米			午前	牛乳 アンパンマンのソフトせんべい
	コンソメスープ	じゃがいも キャノーラ油		にんじん たまねぎ		
	豚肉のマリアナソース	キャノーラ油 片栗粉	豚もも肉	にんにく たまねぎ ビーマン	午後	牛乳 厚切りバウムクーヘン （3歳以上）ハッピーターン
29 ／ 土	午後おやつ	厚切りバウムクーヘン （3歳以上）ハッピーターン	牛乳			
	（3歳未満）カレーライス	パパッとライスやんわかごはんこしひかり アンパンマンカレー ポーク甘口			午前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）牛乳		メイトースリム牛乳			
	（3歳未満）みかんゼリー	国産みかんゼリー			午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
31 ／ 月	午後おやつ	お菓子				
	ビビンバ	精白米 ごま油 三温糖 白いりごま	牛ももひき肉 豚ももひき肉	ほうれんそう 緑豆もやし にんじん ねぎ	午前	お茶 ビスコ（みるく・きな粉）
	わかめスープ	ごま油	カットわかめ	にんじん スイートコーン たまねぎ		
	果物ゼリー	果汁100%ゼリー			午後	牛乳 ぼたぼた焼 （3歳以上）ホームパイ
午後おやつ	ぼたぼた焼 （3歳以上）ホームパイ	牛乳				

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



毎月19日は食育の日！
家族そろって楽しく食事をしましょう

3月の旬の食材

だいこん、たけのこ、キャベツ、チンゲン菜、清見オレンジ、デコボン、ぶり、さくら など

～キャベツ～



春先に出回る春（新）キャベツと一般的な冬キャベツに収穫時期が分かります。

- ・春キャベツ…葉が軟らかく、巻きがゆるく丸い形。サラダや炒め物にすると、短い加熱時間で甘みが出て食感も楽しめる。
- ・冬キャベツ…葉が厚くしっかりしていて、みっしりと巻かれた楕円形。煮崩れしにくいいため煮込み料理に向いている。

芯は硬いため、汁物では煮込んで軟らかく仕上げ、サラダなどの和え物では、芯をそぎ切りにして咀嚼しやすくするとよいでしょう。
栄養価はビタミンC、食物繊維を多く含んでいます。
キャベツから発見されたキャベジン（ビタミンU）は、胃腸の粘膜を守る働きをします。

給食では、4日（火）「しょうゆラーメン」等で提供します。



キミと一緒に、育っていきたい。
Komaki