



令和6年3月分献立表



大府市公私立保育園
令和6年2月15日

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児
		黄色の食品 熱や力となるもの	赤色の食品 血や肉や骨になるもの	緑色の食品 体の調子をよくなるもの	調味料・その他			
1 金 ○	ちらしずし かまぼことねぎのすまし汁 いちご	米、砂糖	かまぼこ、油揚げ、わかめ	いちご、人参、コーンホール缶、きゅうり、ねぎ、干しいたけ、かんぴょう	醤油、削り節、酢、だし昆布、塩	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳 菓子(アスパラガスビスケット)	483.6(438.2) 18.1(16.3) 11.1(10.7) 1.9(1.6)
2 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
4 月 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 わかめとえのきの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、生揚げ、豚平、味噌、わかめ	大根、人参、こんにゃく、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ほろほろ焼き)	509.3(451.2) 26.0(22.6) 14.0(12.9) 3.0(2.4)
5 火 ○	薄切り食パン いちごジャム 米粉のパンフキンシチュー ハムとコーンのサラダ	薄切り食パン、いちごジャム、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	若鶏、豆乳、チキンハム	人参、玉ねぎ、かぼちゃ、コーンクリーム缶、きゅうり、コーンホール缶	米粉のクリームシチュー、塩、コンソメスープの素	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ふわふわきなこ(焼餅、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)	650.7(627.9) 24.0(26.9) 28.1(24.6) 3.0(2.6)
6 水 ○	具だくさん煮込みうどん ごま和え バナナ	白玉うどん、砂糖、ごま油	若鶏、油揚げ	バナナ、大根、人参、もやし、きゅうり、ねぎ、ごぼう、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、みりん、塩	牛乳 いちご	牛乳 ◆豆腐のココアケーキ(上新粉、砂糖、サラダ油、片栗粉、豆腐、ココア、ベーキングパウダー)	544.1(487.6) 22.5(19.9) 17.0(15.1) 2.2(1.8)
7 木 ○	ミルクロール ハンバーグのトマトソース 野菜スープ	ミルクロール、米パン粉、サラダ油	豚挽、ウインナー、豆乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、パセリ、キャベツ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、ソース、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(きなこ餅) 菓子(古代米せんべい)	515.6(500.7) 21.2(19.4) 25.4(23.1) 2.6(2.3)
8 金 ○	ごはん あじの香味焼き キャベツとツナの和え物 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	あじ、豆腐、ツナ、わかめ	キャベツ、きゅうり、人参、ねぎ、白ごま、にんにく	酢、醤油、削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あけびの実パウンドケーキ)(いちご)	613.7(550.5) 28.9(24.9) 21.5(19.8) 1.6(1.3)
9 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
11 月 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 いちご	牛乳 菓子(ミレービスケット)	561.0(504.1) 24.8(21.8) 18.2(16.4) 2.0(1.7)
12 火 ○	ごはん 豆腐のくす煮 拌三絲	米、春雨、砂糖、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、鶏挽、チキンハム、ひじき	人参、玉ねぎ、ねぎ、しめじ、きゅうり、コーンホール缶	醤油、酢、酒、みりん	牛乳 バナナ	牛乳 ◆クッキー入パウンドケーキ(米粉パウダー(パンケーキ用)、サラダ油、豆乳、ウインナー)	647.7(586.3) 24.1(25.9) 21.8(19.1) 1.9(1.6)
13 水	チキンライス キャベツと玉ねぎのスープ 国産いちごのお祝いデザート	米、サラダ油	若鶏、ウインナー	国産いちごのお祝いデザート、玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、中華スープの素、塩	牛乳 オレンジ	野菜ジュース(アップルキャロット) お米 de 国産ものタルト	568.4(525.4) 18.1(16.4) 18.2(17.1) 1.5(1.3)
14 木 ○	カレーライス シーチキンサラダ 野菜ジュース(紫の野菜)	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	ツナ、豚平	野菜ジュース(紫の野菜)、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり	カレールー、りんご酢、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳 ◆ドーナツ(小麦粉、砂糖、サラダ油、牛乳、卵、ベーキングパウダー)	756.6(649.1) 22.0(19.2) 27.9(23.9) 2.3(1.9)
15 金 ○	クロワッサン さわらのパン粉焼き マカロニサラダ 野菜スープ	クロワッサン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、米パン粉、マカロニ(グルテンフリー)、オリーブ油	さわら、ツナ	人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ	コンソメスープの素、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(味しらべ)	615.2(595.7) 23.5(26.0) 34.4(30.2) 2.3(2.0)
16 土	おにぎり(鮭・鮭) やさいゼリー	おにぎり(鮭・鮭)		やさいゼリー		ヨーグルト		
18 月 ○	ごはん 関東煮 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、若鶏、味噌、油揚げ	大根、こんにゃく、人参、玉ねぎ、ねぎ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(カルシウムせんべい)	520.8(468.2) 24.0(20.9) 10.5(10.0) 2.6(2.1)
19 火 ○	レーズンロール 若鶏のから揚げ 野菜サラダ 野菜スープ	レーズンロール、片栗粉、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	若鶏	キャベツ、人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ	醤油、酒、コンソメスープの素、塩	牛乳 いちご	牛乳 洋菓子(クレープ(いちご))	580.7(568.8) 24.8(25.0) 30.4(28.2) 2.7(2.3)
21 木 ○	シーチキンごはん わかめスープ 黄桃缶	米	ツナ、わかめ	黄桃缶、人参、コーンホール缶	醤油、酒、コンソメスープの素、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 菓子(ハッピーターン)	505.8(484.2) 14.9(14.0) 14.2(13.4) 2.3(2.0)
22 金 ○	大根とさんまの炊き込みごはん キャベツときゅうりのナムル 白菜と油揚げの味噌汁	米、ごま油、サラダ油	さんま(味付)、味噌、油揚げ、わかめ	キャベツ、大根、白菜、人参、きゅうり、生姜	削り節、醤油、酒、だし昆布、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(あけびの実クッキー)(プレーン)	526.1(478.6) 20.9(18.6) 18.6(17.3) 2.3(1.9)
23 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
25 月 ○	ごはん 三色青梗肉糸 中華わかめスープ	米、サラダ油、ごま油、砂糖、片栗粉	豚平、わかめ	赤ピーマン、人参、黄ピーマン、ピーマン、たけのこ、ねぎ、えのきたけ、生姜	醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 菓子(ふんわりソフトせん)	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	534.7(475.5) 20.4(17.9) 16.8(15.1) 1.3(1.1)
26 火 ○	味ごはん ごま和え 豆腐とわかめの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、味噌、油揚げ、わかめ	人参、もやし、きゅうり、ごぼう、ねぎ、こんにゃく、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ほしたべよ)	538.5(485.8) 23.3(20.5) 14.2(13.0) 3.1(2.6)
27 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ 飲むヨーグルト	スパゲティ、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油、砂糖	飲むヨーグルト、豚挽	玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、ピーマン、コーンホール缶	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(かぼちゃスティック)	624.3(591.7) 21.8(24.7) 26.3(23.3) 2.3(1.9)
28 木 ○	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め キャベツと玉ねぎの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	若鶏、味噌	玉ねぎ、キャベツ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン	トマトケチャップ、削り節、醤油、だし昆布、カレー粉	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(えびちび)	527.2(480.5) 27.7(23.8) 13.0(12.0) 2.3(1.9)
29 金 ○	菜飯 豚汁 みかん缶	米、じゃが芋、サラダ油	豚平、赤味噌	みかん缶、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ	菜飯の素	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あげせんべい)	561.1(509.8) 16.3(14.8) 19.6(18.5) 2.0(1.8)
30 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		



6日：「具だくさん煮込みうどん」、7日：「ハンバーグのトマトソース」、8日：「キャベツとツナの和え物」、12日：「豆腐のくす煮」、14日：「シーチキンサラダ」

15日：「さわらのパン粉焼き」、28日：「鶏肉のケチャップ炒め」は、給食調理員が減塩や地産地消をテーマに考案したレシピです。

◆は手作りおやつです。

※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。