



令和8年3月分献立表



大府市公私立保育園
令和8年2月8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			
2月 ○	ごはん すき焼き風煮 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豚平、焼き豆腐、味噌、わかめ	白菜、人参、ねぎ、糸こんにゃく、玉ねぎ、えのきたけ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 いちご	牛乳 菓子(ほしたべよ)	594.1(216.9) 26.3(8.4) 16.9(7.8) 3.3(0.4)
3火 ○	洋風ちらしずし かまぼことねぎのすまし汁 いちご	米、砂糖	ツナ、かまぼこ、わかめ	いちご、人参、コーンホール缶、きゅうり、ねぎ	醤油、削り節、酢、だし昆布、塩、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆アップルケーキ(米粉パウダー(パンケーキ用)、砂糖、サラダ油、豆乳、りんご)	526.4(219.5) 20.8(8.7) 13.2(8.6) 2.3(0.4)
4水 ○	味噌煮込みうどん 中華和え ヨーグルト	白玉うどん、砂糖、サラダ油、ごま油	ヨーグルト、豚平、赤味噌、かまぼこ、ツナ、油揚げ	白菜、もやし、人参、きゅうり、玉ねぎ、ねぎ、コーンホール缶	削り節、醤油、だし昆布、酢	牛乳 バナナ	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(おにぎりせんべい・塩)	456.8(197.7) 19.0(9.3) 8.4(4.0) 3.4(0.2)
5木 ○	ロールパン ハンバーグのトマトソース 野菜スープ	ロールパン、米粉(パン粉)、サラダ油	豚挽、豆乳	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、ソース、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 ◆豆乳ときな粉のケーキ(小麦粉、グラニュー糖、バター、豆乳、卵、きな粉、バクダール)	566.2(238.8) 24.1(8.9) 26.9(11.3) 2.5(0.4)
6金 ○	ごはん さわらのごま味噌かけ 酢和え 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、春雨	さわら、豆腐、ミックス味噌	人参、きゅうり、もやし、ねぎ、白ごま	酢、削り節、醤油、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(アスパラガスビスケット)	577.9(212.3) 27.2(8.0) 16.5(9.1) 1.5(0.3)
7土	いなり寿司 フルーツゼリー(りんご)	いなり寿司		フルーツゼリー(りんご)		ヨーグルト		
9月	ピピン丼 中華わかめスープ ヨーグルト(りんご)	米、砂糖、ごま油、サラダ油	ヨーグルト(りんご)、豚挽、赤味噌、わかめ	もやし、人参、ほうれん草、ねぎ、えのきたけ、白ごま	中華スープの素、醤油、酢、酒、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(あげせんべい)	618.9(249.0) 21.7(7.5) 23.6(13.9) 1.3(0.6)
10火 ○	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 ◆ピザトースト(食パン、とけるチーズ、チリム、玉ねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、トマトケチャップ)	616.7(282.5) 29.6(13.2) 21.1(11.9) 2.9(1.2)
11水	チキンライス ボンキンスープ いちご	米、じゃが芋、サラダ油	若鶏、かまぼこ	いちご、玉ねぎ、かぼちゃ、人参、ねぎ	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 バナナ	牛乳 洋菓子(クレープ(カスタード風))	524.7(263.8) 19.1(13.1) 15.8(12.7) 1.6(0.2)
12木 ○	ごはん 卵のふわふわ焼き トマト かぼちゃと油揚げの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、豚挽、味噌、油揚げ、わかめ、ひじき	かぼちゃ、トマト、人参、ねぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	◆豆乳ヨーグルトのフルーツ和え(豆乳のヨーグルト、砂糖、黄桃缶、バナナ、みかん缶、パイナップル)	472.6(175.6) 19.4(5.1) 10.2(4.2) 2.1(0.2)
13金 ○	ロールパン 若鶏のから揚げ 野菜サラダ コーンクリームスープ	ロールパン、片栗粉、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油、とうもろこしフレーク	若鶏	キャベツ、人参、玉ねぎ、コーンクリーム缶、きゅうり、パセリ	醤油、酒、コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ライスクッキー)	559.8(194.8) 24.5(7.5) 27.2(9.4) 2.9(0.3)
14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		
16月 ○	ひじきごはん ごま和え 豆腐とほうれん草の味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、味噌、油揚げ、ひじき	人参、もやし、きゅうり、ほうれん草、ごぼう、ねぎ、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 いちご	牛乳 菓子(厚切りバームクーヘン)	542.3(253.0) 20.9(8.8) 15.0(11.0) 2.7(0.2)
17火 ○	ごはん 筑前煮 わかめとえのきの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	若鶏、ちくわ、味噌、わかめ	大根、人参、糸こんにゃく、ごぼう、ねぎ、えのきたけ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆ウインナー入パンケーキ(米粉パウダー(パンケーキ用)、サラダ油、豆乳、ウイナー)	584.4(231.0) 26.7(9.3) 13.9(10.3) 3.1(0.5)
18水 ○	長崎ちゃんぽん 中華和え マスカットゼリー	中華そば、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、かまぼこ、ツナ	もやし、キャベツ、人参、きゅうり、ほうれん草、たけのこ、コーンホール缶、生姜、マスカットゼリー	醤油、中華スープの素、酒、酢、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、赤味噌、みりん、白ごま)	616.1(273.5) 23.6(13.6) 16.9(8.4) 2.5(0.5)
19木 ○	ごはん 豆腐の小判揚げ ごまだれサラダ 野菜ジュース(紫の野菜)	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	豆腐、鶏挽、卵、ひじき	野菜ジュース(紫の野菜)、人参、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、酢、塩	牛乳 いちご	牛乳 菓子(味しらべ)	627.6(226.3) 19.9(8.5) 18.7(7.8) 1.6(0.5)
21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		
23月 ○	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(がんばれ野菜家族)	牛乳 菓子(ひとくちしょうゆせん)	494.8(206.2) 14.6(7.3) 15.6(11.3) 2.5(0.5)
24火 ○	カレーライス ハムとコーンのサラダ	米、じゃが芋、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	豚平、チキンハム	玉ねぎ、人参、きゅうり、コーンホール缶	カレールー、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ふわふわきなこ(焼麩、きな粉、砂糖、サラダ油、塩)	638.5(239.9) 19.8(14.4) 27.4(10.9) 2.4(0.3)
25水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ ジョア(マスカット)	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	豚挽、ジョア(マスカット)	玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、きゅうり、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 オレンジ	牛乳 ◆野菜マフィン(米粉パウダー(パンケーキ用)、じゃが芋、砂糖、サラダ油、豆乳、人参)	628.6(214.4) 24.7(8.6) 24.0(8.5) 2.2(0.4)
26木 ○	中華飯 中華わかめスープ フルーツゼリー(もも)	米、片栗粉、砂糖、サラダ油、ごま油	豚平、わかめ	フルーツゼリー(もも)、白菜、玉ねぎ、人参、もやし、たけのこ、ねぎ、えのきたけ	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(源氏パイ)	575.5(217.4) 19.6(7.6) 16.6(11.1) 1.2(0.3)
27金 ○	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとツナの和え物	米、砂糖、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚挽、ツナ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、きゅうり、白ごま、生姜	酢、醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(あげびの美(ウイダー(いちご))	624.2(264.1) 24.8(13.0) 26.5(12.7) 1.4(0.2)
28土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(ぶどう)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
30月 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 豆腐とねぎの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、豆腐、生揚げ、豚平、味噌、わかめ	大根、人参、糸こんにゃく、ねぎ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	555.4(209.3) 26.6(7.5) 14.2(7.9) 3.1(0.4)
31火 ○	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、ごぼう	菜飯の素	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(ハッピーターン)	535.4(242.8) 16.3(12.6) 15.5(9.9) 1.6(0.2)

◆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。