

令和7年3月分 献立表



摂津市立認定こども園(短時間部)

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
1 土	ご飯 豚きこの丼の具 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,砂糖,なたね油	干しいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリーンピース
3 月	おひな寿司 すまし汁 三色花ゼリー	卵,ムキエビ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,白ごま,なたね油	にんじん,干しいたけ,さやえんどう,たまねぎ,菜の花,三色花ゼリー
4 火	ご飯 カレーライス(ルー) ザコ和え	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,カレールウ,なたね油,白ごま,砂糖	たまねぎ,にんじん,グリーンピース,緑豆もやし,ほうれんそう
5 水	食パン 大豆のかき揚げ もやしスープ	大豆(ゆで),ひじき,ちりめんじゃこ,卵,だし(かつお・昆布)	食パン,小麦粉,なたね油	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,緑豆もやし,干しいたけ,チンゲンサイ
6 木	ご飯 魚のネギみそ焼き・れんこんの金平 すまし汁	カレイ,みそ,だし(かつお・昆布)	米,砂糖,白ごま,ごま油,里芋(冷凍)	ねぎ,れんこん,にんじん,たまねぎ,だいこん,こまつな
7 金	わかめ入り塩ラーメン 大根のそぼろ煮 ※10時 きになる野菜,星っこ	豚もも,カットわかめ,鶏ひき肉,だし(かつお・昆布)	星っこ,中華めん(ゆで),なたね油,砂糖	きになる野菜(シロウドウホウレンソウ),たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,だいこん,土生姜
8 土	ご飯 鶏丼の具 国産野菜ゼリー	鶏もも皮なし	米,砂糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ,国産やさいゼリー
10 月	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	高野豆腐,卵,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),カットわかめ,みそ	米,砂糖	にんじん,干しいたけ,いんげん,たまねぎ,だいこん,はくさい
11 火	お子様ランチ 春雨スープ アシドミルク	鶏もも皮なし,えびフライ,貝柱水煮,湯葉(干し),だし(かつお・昆布),アシドミルクplus(65ml)	米,なたね油,はるさめ	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,ブロッコリー,しめじ,にら
12 水	食パン キャベツのシャキシャキバーグ ワカメスープ	豚ひき肉,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	食パン,砂糖,片栗粉	キャベツ,生しいたけ,ブロッコリー,にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,にら,干しいたけ
13 木	あんかけうどん さつま芋のひじき煮	鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ひじき	うどん,片栗粉,さつまいも,砂糖,なたね油	はくさい,にんじん,生しいたけ,ねぎ,土生姜
14 金	赤飯 ブリの照り焼き・フキのごま和え すまし汁,紅白ゼリー	あずき(乾),ぶり,豆腐,だし(かつお・昆布)	米・もち米,米,黒ごま,砂糖,白ごま	ふき,にんじん,たまねぎ,はくさい,ねぎ
15 土	ご飯 豚きこの丼の具 ヨーグルト	豚もも,ヨーグルト	米,糸こんにゃく,砂糖,なたね油	干しいたけ,しめじ,にんじん,たまねぎ,グリーンピース

【お願い】

※お子さんがこども園で初めて口にする食材がないように、事前にお家で試してください。

【お知らせ】

※食材の入荷の関係によりメニューや食材が変更になることがあります。

令和7年3月分 献立表



摂津市立認定こども園(短時間部)

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの
17 月	ご飯 五目きんぴら 豚汁	だし(かつお・昆布),豚もも,みそ	米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖,白ごま,里芋(冷凍)	ごぼう,にんじん,ピーマン,たまねぎ,れんこん,だいこん,はくさい,ねぎ
18 火	ご飯 カレーライス(ルー) ザコ和え	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ	米,じゃがいも,カレールウ,なたね油,白ごま,砂糖	たまねぎ,にんじん,グリーンピース,緑豆もやし,ほうれんそう
19 水	食パン カレーのオランダ揚げ もやしスープ	カレー,粉チーズ,卵,だし(かつお・昆布)	食パン,小麦粉,なたね油	にんじん,たまねぎ,パセリ,緑豆もやし,干しいたけ,チンゲンサイ
21 金	ご飯 鯖の塩焼,白菜の煮物 根菜汁	さば,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	米,ごま油,白ごま,里芋(冷凍)	はくさい,たまねぎ,だいこん,にんじん,ねぎ
22 土	ご飯 鶏丼の具 ミニゼリー	鶏もも皮なし	米,砂糖,なたね油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,しめじ,一口ゼリー
24 月	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	高野豆腐,卵,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),カットわかめ,みそ	米,砂糖	にんじん,干しいたけ,いんげん,たまねぎ,だいこん,はくさい
25 火	ニラご飯 揚げごぼう すまし汁	豚もも,ちりめんじゃこ,豆腐,だし(かつお・昆布)	米,ごま油,白ごま,片栗粉,なたね油,砂糖	にら,ごぼう,にんじん,たまねぎ,キャベツ,チンゲンサイ
26 水	食パン キャベツのシャキシャキバーグ ワカメスープ	豚ひき肉,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	食パン,砂糖,片栗粉	キャベツ,生しいたけ,ブロッコリー,にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,にら,干しいたけ
27 木	ご飯 ハヤシライス(ルー) もやしのごま和え	牛肉もも	米,じゃがいも,ハヤシルウ,なたね油,白ごま,砂糖	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,ほうれんそう,緑豆もやし
28 金	菜めし 飛鳥汁	ちりめんじゃこ,出し昆布,豆腐,豚もも,牛乳,白味噌,だし(かつお・昆布)	米,白ごま,砂糖,ごま油,ホールコーン	こまつな,はくさい,にんじん,だいこん
29 土	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	豚もも,ムキエビ	米,ごま油,片栗粉	干しいたけ,にんじん,はくさい,ピーマン,土生姜,国産やさいゼリー
31 月	ツナピラフ 野菜スープ	まぐろ水煮,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	米,バター,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,キャベツ



※7日は10時に
ジュースと星っこを提供します。



【お願い】

※お子さんがこども園で初めて口にする食材がないように、事前にお家で試してください。

【お知らせ】

※食材の入荷の関係によりメニューや食材が変更になることがあります。