

令和7年3月分 献立表



摂津市立認定こども園

日付	10時のおやつ 1才～2才児クラスのみ	献立名	3時のおやつ	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	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚きのこ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用), 豚もも, ヨーグルト	ハイハイ, 米, 系こんにやく, 砂糖, なたね油, お菓子	干しいたけ, しめじ, にんじん, たまねぎ, グリンピース
3 月	牛乳 マンナビスケット	おひな寿司 すまし汁 三色花ゼリー	牛乳 りんご うさぎのしっぽ	牛乳(飲用), 卵, ムキエビ, 豆腐, カットわかめ, だし(かつお・昆布)	マンナビスケット, 米, 砂糖, 白ごま, なたね油, うさぎのしっぽ	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, りんご
4 火	牛乳 ウエハース	ご飯 カレーライス(ルウ) ザコ和え	牛乳 お米deさつまいも栗のタルト	牛乳(飲用), 鶏もも皮なし, ちりめんじゃこ	ウエハース, 米, じゃがいも, カレールウ, なたね油, 白ごま, 砂糖, お米deさつまいも栗のタルト	たまねぎ, にんじん, グリンピース, 緑豆もやし, ほうれんそう
5 水	牛乳 かぼちゃボーロ	食パン 大豆のかき揚げ※ もやしスープ ※3歳未満児はカレイのから揚げ	牛乳 いももち	牛乳(飲用), 大豆(ゆで), ひじき, ちりめんじゃこ, 卵, だし(かつお・昆布), カレイ	かぼちゃボーロ, 食パン, 小麦粉, 片栗粉, なたね油, じゃがいも, 砂糖	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	牛乳 むらさき芋せんべい	ご飯 魚のネギみそ焼き・れんこんの金平すまし汁	牛乳 オレンジ プチスティック	牛乳(飲用), カレイ, みそ, だし(かつお・昆布)	むらさきいもせんべい, 米, 砂糖, 白ごま, ごま油, 里芋(冷凍), プチスティック	ねぎ, れんこん, にんじん, たまねぎ, だいこん, こまつな, オレンジ
7 金	きになる野菜(シロブドウホウレンソウ) 星っこ ※3歳以上児にも提供します	わかめ入り塩ラーメン 大根のそぼろ煮	牛乳 帽子パン	牛乳(飲用), 豚もも, カットわかめ, 鶏ひき肉, だし(かつお・昆布), 卵, 牛乳	星っこ, 中華めん(ゆで), なたね油, 砂糖, 丸バターロール, バター, ホットケーキミックス	きになる野菜(シロブドウホウレンソウ), 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	牛乳 ハイハイ	ご飯 鶏丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用), 鶏もも皮なし	ハイハイ, 米, 砂糖, なたね油, お菓子	にんじん, たまねぎ, ピーマン, しめじ, 国産やさしいゼリー
10 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	牛乳 りんご ミニぽんこざかな	牛乳(飲用), 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	マンナビスケット, 米, 砂糖, ミニぽんこざかな	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, りんご
11 火	牛乳 ウエハース	お子様ランチ 春雨スープ アジミルク	きになる野菜(シロブドウホウレンソウ) お誕生ケーキ(なつみかん)	牛乳(飲用), 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), アジミルクplus(65ml), 卵, 牛乳	ウエハース, 米, なたね油, はるさめ, ホットケーキミックス, バター, 粉糖	にんじん, たまねぎ, グリンピース, ブロッコリー, しめじ, にら, きになる野菜(シロブドウホウレンソウ), 夏みかん(缶詰)
12 水	牛乳 ハイハイ	食パン キャベツのシャキシャキバーグ ワカメスープ	牛乳 小松菜の蒸しケーキ	牛乳(飲用), 豚ひき肉, カットわかめ, だし(かつお・昆布), 卵, ヨーグルト	ハイハイ, 食パン, 砂糖, 片栗粉, ホットケーキミックス, バター	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, こまつな
13 木	牛乳 むらさき芋せんべい	あんかけうどん さつま芋のひじき煮	牛乳 ごまきな粉トースト	牛乳(飲用), 鶏もも皮なし, だし(かつお・昆布), ひじき, きなこ	むらさきいもせんべい, うどん, 片栗粉, さつまいも, 砂糖, なたね油, 食パン, バター, 白ごま	はくさい, にんじん, 生しいたけ, ねぎ, 土生姜
14 金	牛乳 あられ	赤飯 ※3歳未満児はご飯 ブリの照り焼き・フキのごま和え すまし汁, 紅白ゼリー	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用), あずき(乾), ぶり, 豆腐, だし(かつお・昆布)	あられ, 米・もち米, 米, 黒ごま, 砂糖, 白ごま, かぼちゃロール	ふき, にんじん, たまねぎ, はくさい, ねぎ
15 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 豚きのこ丼の具 ヨーグルト	牛乳 お菓子	牛乳(飲用), 豚もも, ヨーグルト	ハイハイ, 米, 系こんにやく, 砂糖, なたね油, お菓子	干しいたけ, しめじ, にんじん, たまねぎ, グリンピース
17 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 五目きんぴら 豚汁	牛乳 りんご 豆花クッキー	牛乳(飲用), だし(かつお・昆布), 豚もも, みそ	マンナビスケット, 米, 系こんにやく, なたね油, 砂糖, 白ごま, 里芋(冷凍), 豆花クッキー	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, りんご

【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

日付	10時のおやつ 1才～2才児クラスのみ	献立名	3時のおやつ	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
18 火	牛乳 ウエハース	ご飯 カレーライス(ルウ) ザコ和え	牛乳 豆乳きなこ	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ちりめん じゃこ,豆乳,きなこ	ウエハース,米,じゃがいも,カレール ウ,なたね油,白ごま,砂糖,片栗粉	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	牛乳 かぼちゃボーロ	食パン カレーのオランダ揚げ もやしスープ	牛乳 いもち	牛乳(飲用),カレー,粉チーズ,卵,だ し(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,食パン,小麦粉,なた ね油,じゃがいも,片栗粉,砂糖	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	牛乳 あられ	ご飯 鯖の塩焼,白菜の煮物 根菜汁	牛乳 オレンジ プチスティック	牛乳(飲用),さば,豆腐,だし(かつお・ 昆布),みそ	あられ,米,ごま油,白ごま,里芋 (冷凍),プチスティック	はくさい,たまねぎ,だいこん,にん じん,ねぎ,オレンジ
22 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 鶏丼の具 ミニゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),鶏もも皮なし	ハイハイ,米,砂糖,なたね油,お 菓子	にんじん,たまねぎ,ピーマン,し めじ,一口ゼリー
24 月	牛乳 マンナビスケット	ご飯 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	牛乳 りんご ミニぼんござかな	牛乳(飲用),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	マンナビスケット,米,砂糖,ミニぼ んござかな	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,りんご
25 火	牛乳 ウエハース	ニラご飯 揚げごぼう すまし汁	牛乳 カントリークッキー	牛乳(飲用),豚もも,ちりめんじゃこ, 豆腐,だし(かつお・昆布),牛乳	ウエハース,米,ごま油,白ごま,片栗粉,な たね油,砂糖,ホットケーキミックス,バター	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	牛乳 ハイハイ	食パン キャベツのシャキシャキバーグ ワカメスープ	牛乳 小松菜の蒸しケーキ	牛乳(飲用),豚ひき肉,カットわかめ, だし(かつお・昆布),卵,ヨーグルト	ハイハイ,食パン,砂糖,片栗粉, ホットケーキミックス,バター	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,こまつな
27 木	牛乳 むらさき芋せんべい	ご飯 ハヤシライス(ルウ) もやしのごま和え	牛乳 麩ロランタン	牛乳(飲用),牛肉もも	むらさき芋せんべい,米,じゃがい も,ハヤシルウ,なたね油,白ごま,砂 糖,麩,バター,グラニュー糖	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	牛乳 あられ	菜めし 飛鳥汁	牛乳 きなこせんべい プチスティック	牛乳(飲用),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)	あられ,米,白ごま,砂糖,ごま油,ホール コーン,きなこせんべい,プチスティック	こまつな,はくさい,にんじん,だい こん
29 土	牛乳 ハイハイ	ご飯 中華丼の具 国産野菜ゼリー	牛乳 お菓子	牛乳(飲用),豚もも,ムキエビ	ハイハイ,米,ごま油,片栗粉,お 菓子	干しいたけ,にんじん,はくさい,ピー マン,土生姜,国産やさしいゼリー
31 月	牛乳 マンナビスケット	ツナピラフ 野菜スープ	牛乳 お菓子 アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),まぐろ水煮,カットわか め,だし(かつお・昆布)	マンナビスケット,米,バター,じゃがい も,お菓子,アンパンマンのソフトせん べい	にんじん,たまねぎ,グリーンピー ス,キャベツ

栄養給与量

1～2歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	474	17.1	14.4	293	2.4	205	0.27	0.42	33	3.9	1.4
基準値	475	15～24	10～15	225	2.3	200	0.25	0.33	20	3.5	1.5

3～5歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均値	528	19.4	15.8	286	2.7	241	0.31	0.44	38	4.8	1.7
基準値	520	17～26	12～18	240	2.2	180	0.28	0.32	20	3.2	1.4



【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。