

令和8年3月 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
2月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 五目きんぴら 豚汁	牛乳 りんご ミニぼんごさかな	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),豆腐,豚もも,みそ	むらさきいもせんべい,米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖,白ごま,里芋(冷凍),ミニぼんごさかな	ごぼう,にんじん,ピーマン,たまねぎ,れんこん,はくさい,ねぎ,りんご
3火	牛乳 ウエハース	おひな寿司 すまし汁 三色花ゼリー	牛乳 豆乳きな粉	牛乳(飲用),卵,ムキエビ,豆腐,カットわかめ,だし(かつお・昆布),豆乳,きなこ	ウエハース,米,砂糖,白ごま,なたね油,片栗粉	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水	牛乳 おこさませんべい	食パン カレーのオランダ揚げ・ブロッコリーもやしスープ	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),カレー,粉チーズ,卵,だし(かつお・昆布)	おこさませんべい,食パン,小麦粉,なたね油,かぼちゃロール	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー(冷凍),緑豆もやし,チンゲンサイ,干しいたけ
5木	牛乳 マンナビスケット	塩ラーメン 大豆の磯煮	牛乳 小松菜の蒸しケーキ	牛乳(飲用),豚もも,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで),だし(かつお・昆布),卵,ヨーグルト	マンナビスケット,中華めん(ゆで),なたね油,糸こんにゃく,砂糖,ホットケーキミックス,バター	たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,いんげん,こまつな
6金	りんごジュース 星っこ ※3歳以上児にも提供します	ご飯 カレーライス(ルー) ザコ和え	牛乳 りんご アンパンマンのソフトせんべい	鶏もも皮なし,ちりめんじゃこ,牛乳(飲用)	星っこ,米,じゃがいも,カレールウ,なたね油,白ごま,砂糖,アンパンマンのソフトせんべい	りんご飲料・果汁100%,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,りんご
7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,糸こんにゃく,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,グリーンピース
9月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 里芋と鶏肉のこってり煮 味噌汁	牛乳 りんご プチスティック	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,里芋(冷凍),砂糖,なたね油,プチスティック	にんじん,しめじ,いんげん,だいこん,こまつな,りんご
10火	牛乳 ウエハース	パエリア風ごはん コンスープ	牛乳 お好み焼き	牛乳(飲用),ムキエビ,鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豚もも,卵,かつおの粉,青のり	ウエハース,米,なたね油,バター,小麦粉,長芋,マヨネーズ(卵不使用)	にんじん,たまねぎ,トマト,ピーマン,緑豆もやし,ホールコーン(冷凍),チンゲンサイ,干しいたけ,キャベツ
11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 麩ロランタン	牛乳(飲用),豚ひき肉,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,食パン,砂糖,片栗粉,麩,バター,グラニュー糖	キャベツ,生しいたけ,にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,にら,干しいたけ
12木	牛乳 マンナビスケット	お子様ランチ 春雨スープ ミニゼリー	牛乳 米粉のお誕生ケーキ(りんご)	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,えびフライ,だし(かつお・昆布),豆乳	マンナビスケット,米,なたね油,はるさめ,上新粉,砂糖	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,ブロッコリー(冷凍),しめじ,にら,一口ゼリー,りんご(缶詰),国産りんごペースト
13金	牛乳 かぼちゃボーロ	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 りんご 豆花クッキー	牛乳(飲用),あずき(乾),ぶり,豆腐,だし(かつお・昆布)	かぼちゃボーロ,米・もち米,黒ごま,砂糖,白ごま,豆花クッキー	ふき,にんじん,たまねぎ,はくさい,ねぎ,紅白ゼリー,りんご
14土	牛乳 ハイハイ	ご飯 鶏井の具 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
16月	牛乳 むらさきいもせんべい	ご飯 五目きんぴら 豚汁	牛乳 りんご ミニぼんごさかな	牛乳(飲用),だし(かつお・昆布),豆腐,豚もも,みそ	むらさきいもせんべい,米,糸こんにゃく,なたね油,砂糖,白ごま,里芋(冷凍),ミニぼんごさかな	ごぼう,にんじん,ピーマン,たまねぎ,れんこん,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8年3月 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
17	火	牛乳 ウエハース ひじきごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 さつま芋入蒸しパン	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ひじき,だし(かつお・昆布),豆腐,豆乳,みそ	ウエハース,米,砂糖,なたね油,ホットケーキミックス,さつまいも	にんじん,いんげん,はくさい,えのきたけ,ねぎ
18	水	牛乳 おこさませんべい 食パン カレイのオランダ揚げ・ブロッコリー もやしスープ	牛乳 かぼちゃロール	牛乳(飲用),カレイ,粉チーズ,卵,だし(かつお・昆布)	おこさませんべい,食パン,小麦粉,なたね油,かぼちゃロール	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー(冷凍),緑豆もやし,チンゲンサイ,干しいたけ
19	木	牛乳 マンナビスケット 塩ラーメン 大豆の磯煮	牛乳 小松菜の蒸しケーキ	牛乳(飲用),豚もも,ひじき,鶏もも皮なし,大豆(ゆで),だし(かつお・昆布),卵,ヨーグルト	マンナビスケット,中華めん(ゆで),なたね油,糸こんにやく,砂糖,ホットケーキミックス,バター	たまねぎ,キャベツ,にんじん,チンゲンサイ,いんげん,こまつな
21	土	牛乳 ハイハイ ご飯 豚きのご井の具 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,糸こんにやく,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,グリーンピース
23	月	牛乳 むらさきいもせんべい ご飯 里芋と鶏肉のこつてり煮 味噌汁	牛乳 りんご プチスティック	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),豆腐,カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,里芋(冷凍),砂糖,なたね油,プチスティック	にんじん,しめじ,いんげん,だいこん,こまつな,りんご
24	火	牛乳 ウエハース 二郎ご飯 揚げごぼう 豆乳入り味噌汁	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,豆乳,みそ,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,はくさい,にんじん,えのきたけ,ねぎ
25	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 かぼちゃとさつまいもの蒸しパン	牛乳(飲用),豚ひき肉,カットわかめ,だし(かつお・昆布)	ハイハイ,食パン,砂糖,片栗粉,ホットケーキミックス	キャベツ,生しいたけ,にんじん,たまねぎ,緑豆もやし,にら,干しいたけ,かぼちゃとさつまいもペースト
26	木	牛乳 マンナビスケット あんかけうどん もやしのごま和え	牛乳 ヨーグルトトースト	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,だし(かつお・昆布),ヨーグルト	マンナビスケット,うどん,片栗粉,白ごま,砂糖,食パン,マヨネーズ(卵不使用)	はくさい,にんじん,生しいたけ,ねぎ,土生姜,ほうれんそう,緑豆もやし
27	金	牛乳 かぼちゃボーロ ご飯 鯖の塩焼き・きんぴら 根菜汁	牛乳 りんご アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),さば,豆腐,だし(かつお・昆布),みそ	かぼちゃボーロ,米,ごま油,白ごま,砂糖,里芋(冷凍),アンパンマンのソフトせんべい	ごぼう,にんじん,たまねぎ,だいこん,ねぎ,りんご
28	土	牛乳 ハイハイ ご飯 鶏井の具 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,キャベツ,しめじ,一口ゼリー
30	月	牛乳 むらさきいもせんべい ツナとしめじの五目ごはん 味噌汁	牛乳 豆花クッキー ミニぼんござかな	牛乳(飲用),まぐろ水煮,油揚げ,だし(かつお・昆布),カットわかめ,みそ	むらさきいもせんべい,米,砂糖,じゃがいも,豆花クッキー,ミニぼんござかな	ごぼう,しめじ,にんじん,キャベツ,たまねぎ
31	火	牛乳 ウエハース ひじきごはん 豆乳入り味噌汁	牛乳 プチスティック アンパンマンのソフトせんべい	牛乳(飲用),鶏もも皮なし,ひじき,だし(かつお・昆布),豆腐,豆乳,みそ	ウエハース,米,砂糖,なたね油,プチスティック,アンパンマンのソフトせんべい	にんじん,いんげん,はくさい,えのきたけ,ねぎ

年齢	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)
1～2歳児	461	17.1	14.2	295	2.0	210	0.26	0.41	21	3.6	1.4
今月の平均値	461	17.1	14.2	295	2.0	210	0.26	0.41	21	3.6	1.4
基準値	475	15～24	10～15	225	2.0	200	0.2	0.3	17.5	-	1.5
3～5歳児	516	19.6	15.6	288	2.2	245	0.31	0.44	24	4.6	1.6
今月の平均値	516	19.6	15.6	288	2.2	245	0.31	0.44	24	4.6	1.6
基準値	520	17～26	12～17	240	2.0	200	0.2	0.4	16	3.2	1.4



【お願い】

※お子さんがこども園で初めて口に作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。