



令和7年3月分献立表



大府市公私立保育園
令和7年1月16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 体の調子をよくするもの	調味料・その他			
1 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		
3 月 ○	三色丼 酢和え 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、春雨、サラダ油	豆腐、鶏挽、わかめ	きゅうり、コーンホール缶、人参、玉ねぎ、もやし、ねぎ	醤油、酢、削り節、酒、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 お米de国産ものタルト	610.5(554.9) 22.4(20.0) 20.6(19.4) 2.0(1.7)
4 火 ○	薄切り食パン いちごジャム 米粉のパンブキンシチュー 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用、塩、コンソメスープの素	牛乳 バナナ	牛乳 ◆ウイナー入パンケーキ(米粉パウダー、サラダ油、豆乳、ウイナー)	672.5(645.3) 23.8(26.8) 27.5(24.2) 3.3(2.8)
5 水 ○	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト(もも)	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト(もも)、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳 いちご	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(さくっとあられ)	411.3(440.6) 14.1(15.5) 7.5(10.0) 1.5(1.3)
6 木 ○	ロールパン ハンバーグ 付け合せ 野菜スープ	ロールパン、米粉(パン粉)、砂糖、サラダ油	豚挽、豆乳	玉ねぎ、キャベツ、人参、パセリ	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	◆豆腐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、パイン缶)	407.8(432.9) 16.4(17.5) 13.0(15.0) 2.1(1.9)
7 金 ○	ごはん 太刀魚の西京焼き 拌三絲 豆腐と人参のすまし汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ油	太刀魚、豆腐、チキンハム、白甘みそ、わかめ	人参、きゅうり、ねぎ	醤油、削り節、酒、みりん、だし昆布、酢、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(ほしたべよ)	644.9(625.9) 27.0(30.2) 21.8(21.2) 1.9(1.7)
8 土	いなり寿司 フルーツゼリー(ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
10 月 ○	ごはん おでん ごま和え	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、厚揚げ、豚挽、赤味噌	大根、人参、もやし、きゅうり、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(えびちび)	576.8(520.2) 22.8(19.8) 14.4(13.1) 2.8(2.3)
11 火 ○	ロールパン ビーフンのコンソメスープ キャベツときゅうりのナムル	ロールパン、じゃが芋、ピーマン、サラダ油、ごま油	若鶏、チキンハム	キャベツ、玉ねぎ、人参、コーンホール缶、きゅうり、パセリ	コンソメスープの素、中華スープの素、醤油、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆豆腐のもちもちきな粉ケーキ(上新粉、砂糖、サラダ油、片栗粉、豆腐、きな粉、ベーキングパウダー)	485.6(455.0) 19.2(17.8) 19.6(17.9) 1.8(1.6)
12 水 ○	カレーライス マカロニサラダ 野菜ジュース(紫の野菜)	米、じゃが芋、マカロニ(グルテンフリー)、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	豚平、ツナ	野菜ジュース(紫の野菜)、玉ねぎ、人参、きゅうり	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 洋菓子(クレープ(いちご))	699.8(658.6) 19.1(22.2) 28.9(25.7) 2.3(1.9)
13 木 ○	ビビンバ丼 中華わかめスープ やさいゼリー	米、砂糖、ごま油	豚挽、赤味噌、わかめ	やさいゼリー、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 菓子(おこさませんべい)	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)	676.2(609.9) 23.1(20.7) 22.7(19.7) 0.9(0.9)
14 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め 大根と人参の味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	さけ、味噌、しらす、わかめ	人参、大根、ピーマン、ねぎ、うめ干し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、酒、塩	牛乳 いちご	牛乳 菓子(あげびの実パウダーケーキ)(プレーン)	541.0(494.0) 20.9(18.7) 17.5(16.5) 2.8(2.3)
15 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		
17 月 ○	ごはん すき焼き風煮 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豚平、焼き豆腐、味噌、油揚げ、わかめ	白菜、人参、糸こんにゃく、玉ねぎ、ねぎ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ソフトサラダ)	578.1(511.6) 26.4(22.9) 17.8(15.8) 3.2(2.6)
18 火 ○	ごはん 三色青椒肉絲 玉ねぎと人参の味噌汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油、片栗粉	豚平、味噌	人参、玉ねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たけのこ、ねぎ、生姜	醤油、酒、削り節、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆揚げパン(バターロール、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)	657.2(623.1) 28.4(30.2) 22.4(20.6) 2.6(2.2)
19 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ 野菜ジュース(野菜生活)	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	野菜ジュース(野菜生活)、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 黄桃缶	牛乳 菓子(ひとくちしょうゆせん)	587.3(539.0) 19.5(17.2) 26.7(23.6) 2.2(1.9)
21 金 ○	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(ふんわりソフトせん)	牛乳 菓子(あげせんべい)	534.4(492.2) 14.9(13.6) 18.2(17.4) 2.7(2.3)
22 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		
24 月 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 玉ねぎとえのきたけの味噌汁	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、玉ねぎ、糸こんにゃく、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(おこめぼん棒)	562.8(504.0) 25.7(22.3) 13.3(12.2) 3.1(2.6)
25 火 ○	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとツナの和え物 野菜ジュース(紫の野菜)	米、砂糖、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚挽、ツナ、味噌、わかめ	野菜ジュース(紫の野菜)、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 菓子(おこさませんべい)	牛乳 ◆ふわふわきなこ(焼麩、砂糖、サラダ油、きな粉、塩)	667.0(598.0) 26.6(23.3) 25.0(21.6) 1.5(1.3)
26 水 ○	味噌ラーメン ごま和え やさいゼリー	中華そば、砂糖、サラダ油	豚平、ミックス味噌、ちくわ、わかめ	やさいゼリー、もやし、人参、きゅうり、ねぎ、白ごま	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(アスパラガスビスケット)	565.0(545.3) 24.4(26.7) 15.7(14.5) 3.2(2.6)
27 木 ○	ごはん 厚揚げとキャベツの味噌炒め わかめとえのきたけのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、厚揚げ、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 オレンジ	牛乳 菓子(味しらべ)	580.2(521.0) 25.2(22.1) 17.3(15.4) 2.3(1.9)
28 金 ○	しらすコーンごはん 拌三絲 呉汁	米、春雨、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、豆乳、大豆、チキンハム、味噌、しらす	人参、コーンホール缶、大根、玉ねぎ、きゅうり、ねぎ	削り節、醤油、だし昆布、酢、わかめご飯の素	牛乳 バナナ	牛乳 菓子(あげびの実クッキー)(プレーン)	587.9(553.0) 23.5(25.5) 20.0(18.3) 2.4(1.9)
29 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		
31 月 ○	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 黄桃缶	牛乳 菓子(ハッピーターン)	535.4(493.2) 16.3(14.7) 15.5(14.4) 1.6(1.4)

◆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。