

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品						おやつ		
1 水	ハイハイン（野菜）	かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 煮つけ みそ汁	精白米 鶏肉 けずり節 じゃがいも キャベツ	人参 三温糖 みそ	たまねぎ 濃口しょうゆ けずり節	三温糖 濃口しょうゆ けずり節	濃口しょうゆ けずり節	人参ジャム 人参 食パン 白ざとう レモン			
2 木	オレンジ	かゆ又は軟飯 そばろ煮 煮やっこ レタスのスープ	精白米 豚ミンチ けずり節 豆腐 レタス	たまねぎ けずり節 たまねぎ	人参 薄口しょうゆ 人参	三温糖 薄口しょうゆ けずり節	薄口しょうゆ 薄口しょうゆ	ベークドさつまいも さつまいも 油			
3 金	マンナ	かゆ又は軟飯 高野豆腐の含め煮 お浸し 清汁	精白米 高野豆腐 三温糖 青梗菜 白玉ふ	鶏肉 薄口しょうゆ なばな 人参	人参 けずり節 濃口しょうゆ けずり節	たまねぎ 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	絹さや 薄口しょうゆ	南瓜のあべかわ 南瓜 きな粉 白ざとう			
4 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん けずり節 南瓜	鶏肉 薄口しょうゆ 三温糖	白菜 濃口しょうゆ けずり節	たまねぎ 濃口しょうゆ けずり節	人参 けずり節	りんごのコンポート りんご 白ざとう お菓子			
6 月	ハイハイン	かゆ又は軟飯 いため煮 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 油 青梗菜 切干大根	たまねぎ だし昆布 濃口しょうゆ みそ	人参 濃口しょうゆ だし昆布	濃口しょうゆ 三温糖	三温糖	グレープゼリー グレープジュース100% 寒天（粉末） 水 ルヴァンクラシカル 白ざとう			
7 火	りんご	かゆ又は軟飯 魚のおろし煮 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい きゅうり おつゆふ	三温糖 人参 白菜	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	大根 けずり節	濃口しょうゆ けずり節	フライドポテト じゃがいも 油			
8 水	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 天ぷら お浸し 春キャベツのスープ	精白米 豚ヒレ肉 グリーンアスパラ 春キャベツ	塩 濃口しょうゆ たまねぎ	小麦粉 人参	卵 けずり節	油 薄口しょうゆ	米粉豆乳ケーキ 米の粉 油 ベ-キングパウダー 白ざとう 豆乳 油			
9 木	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 照焼 お浸し 清汁	精白米 生さけ 小松菜 豆腐	三温糖 人参 けずり節	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	油 薄口しょうゆ	油	さつまいものおやき さつまいも 片栗粉 油 白ざとう はっさく			
10 金	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉のオレンジ煮 お浸し 野菜スープ	精白米 鶏肉 ブロッコリー じゃがいも	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ	三温糖 人参	オレンジジュース100% けずり節	薄口しょうゆ	ベークドパンブキン 南瓜 油			
11 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん けずり節 じゃがいも	豚肉 薄口しょうゆ 三温糖	キャベツ 濃口しょうゆ けずり節	人参 けずり節	太もやし けずり節	りんごジャム りんご 白ざとう お菓子			
13 月	オレンジ	かゆ又は軟飯 そばろ煮 煮やっこ レタスのスープ	精白米 豚ミンチ けずり節 豆腐 レタス	たまねぎ けずり節 たまねぎ	人参 薄口しょうゆ 人参	三温糖 薄口しょうゆ けずり節	薄口しょうゆ 薄口しょうゆ	ベークドさつまいも さつまいも 油			
14 火	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 照焼 お浸し 清汁	精白米 鶏もも肉 太もやし おつゆふ	三温糖 ほうれん草 人参	濃口しょうゆ 人参 けずり節	油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	油	南瓜のあべかわ 南瓜 きな粉 白ざとう りんご			
15 水	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 白身魚のから揚げ 煮びたし 納豆汁	精白米 キングフィレ 白菜 納豆	濃口しょうゆ 人参 みそ	片栗粉 三温糖 けずり節	油 濃口しょうゆ けずり節	濃口しょうゆ	レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ オレンジ			

- ◇ 初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。
◇ 献立内容は予定ですので、変更になることがあります。

令和5年



3月の献立表(後期)

吹田市立保育園
いずみ小規模園

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
16 木	ハイハイ	かゆ又は軟飯 けんちん汁 お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 薄口しょうゆ 青梗菜 南瓜	豆腐 濃口しょうゆ 三温糖	大根 人参 けずり節			クッキー 小麦粉 白ごとう ベーキングパウダー バター 卵
17 金	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 豚肉とキャベツの みそ炒め煮 煮つけ ビーフン汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ さつまいも ビーフン	キャベツ 三温糖 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	みそ		キャロット蒸しパン 小麦粉 人参 ベーキングパウダー 三温糖 油
18 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん けずり節 南瓜	鶏肉 薄口しょうゆ 三温糖	白菜 たまねぎ 人参 濃口しょうゆ けずり節			りんごのコンポート りんご 白ごとう お菓子
20 月	ハイハイ (野菜)	かゆ又は軟飯 鶏肉と野菜の煮物 煮つけ みそ汁	精白米 鶏肉 けずり節 じゃがいも キャベツ	人参 たまねぎ 三温糖 みそ	たまねぎ 三温糖 濃口しょうゆ けずり節	濃口しょうゆ		人参ジャム 人参 白ごとう レモン 食パン
22 水	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 照焼 お浸し 清汁	精白米 生さけ 小松菜 豆腐	三温糖 人参 けずり節	濃口しょうゆ 油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ			さつまいものおやき さつまいも 片栗粉 油 白ごとう はっさく
23 木	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 鶏肉のオレンジ煮 お浸し 野菜スープ	精白米 鶏肉 ブロッコリー じゃがいも	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ	三温糖 人参 人参 けずり節 薄口しょうゆ	オレンジジュース100%		ベークドパンブキン 南瓜 油
24 金	ハイハイ	かゆ又は軟飯 いため煮 お浸し みそ汁	精白米 豚肉 油 青梗菜 切干大根	たまねぎ だし昆布 濃口しょうゆ みそ	人参 濃口しょうゆ 三温糖 だし昆布			じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 油 塩 りんご
25 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん けずり節 じゃがいも	豚肉 薄口しょうゆ 三温糖	キャベツ 人参 濃口しょうゆ けずり節	太もやし		りんごジャム りんご 白ごとう お菓子
27 月	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 豚肉とキャベツの みそ炒め煮 煮つけ ビーフン汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ さつまいも ビーフン	キャベツ 三温糖 三温糖 たまねぎ	たまねぎ 人参 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	みそ		キャロット蒸しパン 小麦粉 人参 ベーキングパウダー 三温糖 油
28 火	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 白身魚のから揚げ 煮びたし 納豆汁	精白米 キングフィレ 白菜 納豆	濃口しょうゆ 人参 みそ	片栗粉 三温糖 けずり節	油 濃口しょうゆ けずり節		レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ オレンジ
29 水	ハイハイ	かゆ又は軟飯 けんちん汁 お浸し 煮つけ	精白米 鶏肉 薄口しょうゆ 青梗菜 南瓜	豆腐 濃口しょうゆ 三温糖	大根 人参 濃口しょうゆ けずり節			クッキー 小麦粉 白ごとう ベーキングパウダー バター 卵
30 木	りんご	かゆ又は軟飯 魚のおろし煮 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい きゅうり おつゆふ	三温糖 人参 白菜	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ けずり節	大根		フライドポテト じゃがいも 油
31 金	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 米粉のクリーム シチュー 煮やっこ お浸し	精白米 鶏肉 バター 豆腐 キャベツ	じゃがいも 牛乳 だし昆布 きゅうり	たまねぎ 人参 米の粉 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	油 塩		マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ごとう オレンジ

◇生活発表会が平日開催の園は給食・午後のおやつが下記献立に入れ替わります。

かゆ又は軟飯	豚肉と野菜の煮物 みそ汁	豚肉 濃口しょうゆ じゃがいも	たまねぎ けずり節 たまねぎ	青梗菜 人参 みそ	三温糖 濃口しょうゆ けずり節	りんごのコンポート お菓子
--------	-----------------	-----------------------	----------------------	-----------------	-----------------------	------------------