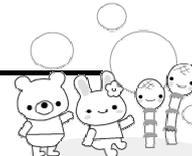


令和5年 3月

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
3月1日(水) 3月15日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,はくさい,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / 大根,人参,だし昆布,片栗粉 等	りんご
3月3日(金) 3月17日(金)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 すまし汁	米 / 人参,たまねぎ,キャベツ,だし昆布,片栗粉 等 / (絹)豆腐,じゃがいも,だし昆布 等	はっさく 
3月4日(土) 3月18日(土)	つぶし粥 クタクタ煮 清見オレンジ	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉 等 / 清見オレンジ	りんご果汁
3月6日(月) 3月20日(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,はくさい,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等	りんご
3月7日(火) 3月30日(木)	つぶし粥 高野豆腐の旨煮 クタクタ煮 	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / さつまいも,たまねぎ,小松菜,だし昆布,片栗粉 等	りんご
3月8日(水) 3月22日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 白身魚,キャベツ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / じゃがいも,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等	甘夏みかん
3月9日(木) 3月23日(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / (絹)豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	いよかん
3月10日(金) 3月24日(金)	つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮	米 / 凍り豆腐,切干し大根,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等 / はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 等	デコボン 
3月11日(土) 3月25日(土)	つぶし粥 野菜の旨煮 はっさく	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / はっさく	りんご果汁
3月13日(月) 3月27日(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / じゃがいも,大根,人参,だし昆布,片栗粉 等	いよかん
3月16日(木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮 	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / はくさい,人参,たまねぎ,大根,だし昆布,片栗粉 等	りんご
3月28日(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご
3月29日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 等	ぽんかん 
3月31日(金)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 クタクタ煮	米 / キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等	りんご
お別れ会 3月14日(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご
誕生会 3月2日(木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご 

月平均栄養価 エネルギー 171kcal たんぱく質 5.7g 脂質 1.9g



○上記以外にミルクがつかます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

