



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)	おかゆ すきやき風煮 煮浸し	米 / 牛肉,豆腐,はくさい,たまねぎ,だし昆布 等 / 大根,人参,だし昆布 等	りんご おじや
3月3日(金) 3月17日(金)	おかゆ 旨煮 味噌汁 	米 / 豚肉,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,味噌 等	はっさく じゃがいものおやき
3月4日(土) 3月18日(土)	おかゆ 旨煮 清見オレンジ	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,人参,だし昆布 等 / 清見オレンジ	ドイツパン
3月6日(月) 3月20日(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ,はくさい,たまねぎ,だし昆布 等	りんご 煮込みうどん
3月7日(火) 3月30日(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 牛肉,凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / さつまいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	りんご コッペパン 
3月8日(水) 3月22日(水)	おかゆ 旨煮 柔か煮 	米 / 白身魚,キャベツ,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等	甘夏みかん ゆでじゃが
3月9日(木) 3月23日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,(絹)豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	いよかん 食パン
3月10日(金) 3月24日(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,切干し大根,ほうれん草,だし昆布 等 / はくさい,人参,だし昆布 等	デコボン おやき
3月11日(土) 3月25日(土)	おかゆ 旨煮 はっさく 	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / はっさく	コッペパン
3月13日(月) 3月27日(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	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,味噌 等	いよかん だいこんのお焼き
3月16日(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	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 等	りんご 芋粥 
3月28日(火)	おかゆ 旨煮 煮浸し 	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご おじや
3月29日(水)	おかゆ 旨煮 柔か煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,だし昆布 等 / はくさい,人参,だし昆布 等	ぼんかん さつまいものおやき
3月31日(金)	おかゆ 旨煮 すまし汁	米 / 牛肉,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,味噌 等 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等	りんご お好みおやき
お別れ会 3月14日(火)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 豚ヒレ肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご おじや
誕生会 3月2日(木)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,はくさい,人参,だし昆布 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご スープ煮



月平均栄養価 エネルギー 258kcal たんぱく質 9.2g 脂質 4.2g

○上記以外にミルクがつきます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

