



令和5年度 3月給食こんだて(豊中みどり幼稚園 1号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 金曜日	ちらし寿司 			マーマレード蒸しパン (マーマレード、HM、豆乳)	米、砂糖、ごま、花麩	刻みのり、鶏肉	絹さや、コーン、大根、人参、インゲン、菜の花、えのき、白桃缶	ちらし寿司の素、醤油、みりん、だし、塩
4日 月曜日	わかめご飯	さばの塩焼き	ボイルブロッコリー ほうれん草とツナの和え物 豆腐と揚げのみそ汁、オレンジゼリー	マカロニきな粉 (マカロニ、油、きな粉、砂糖)	米、砂糖、オレンジゼリーの素	さば、ツナ、豆腐、油揚げ、味噌	ブロッコリー、ほうれん草、キャベツ、人参、みかん缶	炊き込みわかめ、塩、醤油、だし
5日 火曜日	ひじきご飯	鶏肉の甘酢あん	さつま芋のレモン煮 春雨のマヨサラダ わかめスープ、黄桃缶	かぼちゃのおやき (かぼちゃ、さつま芋、砂糖、塩)	米、砂糖、片栗粉、春雨、さつま芋、ごま油	ひじき、油揚げ、鶏肉、わかめ	人参、ごぼう、玉ねぎ、胡瓜、ポッカレモン、ねぎ、黄桃缶	醤油、塩、酒、酢、エッグケア、こしょう、中華味
6日 水曜日	 <b>お弁当日</b> 			ばりんこ (ばりんこ) (バジタべる)				
7日 木曜日	 <b>お弁当日</b> 			ぼたぼた焼き (ぼたぼた焼き) サッポロポテト (1歳からのサッポロポテト)				
8日 金曜日	ゆかりご飯	白身魚のパン粉焼き	オクラのごま和え ハムステーキ 小松菜とえのきのすまし汁、りんご	焼きそば(おやつ) (焼きそば、豚ミンチ肉、キャベツ、人参、油、焼きそばソース)	米、パン粉、油、砂糖、ごま	ホキ、ハムステーキ	オクラ、キャベツ、小松菜、えのき、りんご	ゆかり粉、パセリ粉、塩、こしょう、醤油、だし
11日 月曜日	ハヤシライス			コーン蒸しパン (コーン、HM、豆乳、油)	米、ハヤシルウ、油、フライドポテト	豚肉	玉ねぎ、ほんしめじ、キャベツ、人参、ぶどうジュース	ケチャップ、和風ドレッシング、塩
12日 火曜日	菜飯	豚肉のすき焼き風煮	ミニ野菜コロッケ インゲンとツナのマヨ和え 大根とわかめのすまし汁、白桃缶	ホットケーキ (HM、豆乳、M-7 粉卵)	米、砂糖、ミニ野菜コロッケ、油	豚肉、焼き豆腐、ツナ、わかめ	ねぎ、白菜、インゲン、コーン、大根、白桃缶	菜めし、醤油、酒、みりん、エッグケア、だし、塩
13日 水曜日	 <b>お弁当日</b> 			星たべよ(星たべよ) きなこ餅(きな粉餅)				
14日 木曜日	炊き込みご飯	ポークソテー	もやしと人参の和え物 ツナと大根の煮物 白菜と絹さやのすまし汁 オレンジ	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、砂糖、みりん)	米、油、砂糖	豚肉、ツナ	人参、しめじ、絹さや、玉ねぎ、もやし、大根、インゲン、白菜、オレンジ	酒、みりん、醤油、塩、こしょう、だし
15日 金曜日	きな粉ごはん	から揚げ	南瓜ソテー 春雨サラダ 麩とわかめのみそ汁 フルーツ白玉	オレンジゼリー (オレンジゼリーの素、水)	米、砂糖、油、片栗粉、春雨、ごま油、切麩、白玉団子	きな粉、わかめ、味噌、鶏肉	生姜、かぼちゃ、人参、胡瓜、コーン、フルーツカクテル缶、みかん缶	醤油、酒、こしょう、塩、酢、だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。  
ホットケーキミックスはHMと記載しています。



令和5年度 3月給食こんだて(年中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいり	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他	
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート						
1日 金曜日	ちらし寿司	鶏と根菜の煮物 菜の花のごま和え	鶏と根菜の煮物 菜の花のごま和え 花巻とえのきのすまし汁 白桃缶	マーメイド蒸しパン (マーメイド、HM、豆乳)	米、砂糖、ごま、花巻	刻みのり、鶏肉	絹さや、コーン、大根、人参、インゲン、菜の花、えのき、白桃缶	ちらし寿司の煮、醤油、みりん、だし、塩	
2日 土曜日	鶏そぼろ丼	キャベツとわかめのみそ汁 バナナ	キャベツとわかめのみそ汁 バナナ	星たべよ(星たべよ) 源氏パイ(源氏パイ) 牛乳	米、砂糖、油	鶏ミンチ肉、わかめ、味噌	玉ねぎ、ミックスベジタブル、生姜、バナナ、キャベツ	だし、醤油	
4日 月曜日	わかめご飯	さばの塩焼き	ポイルブロッコリー ほうれん草とツナの和え物 豆腐と揚げのみそ汁、オレンジゼリー	マカロニきな粉 (マカロニ、油、きな粉、砂糖)	米、砂糖、オレンジゼリーの素	さば、ツナ、豆腐、油揚げ、味噌	ブロッコリー、ほうれん草、キャベツ、人参、みかん缶	炊き込みわかめ、塩、醤油、だし	
5日 火曜日	ひじきご飯	鶏肉の甘酢あん	鶏肉の甘酢あん 春雨のマヨサラダ わかめスープ、黄桃缶	かぼちゃのおやき (かぼちゃ、さつまい、砂糖、塩)	米、砂糖、片栗粉、春雨、さつまい、ごま油	ひじき、油揚げ、鶏肉、わかめ	人参、ごぼう、玉ねぎ、胡瓜、ポッカレモン、ねぎ、黄桃缶	醤油、塩、酒、酢、エッグケア、こしょう、中華味	
6日 水曜日	<b>お弁当</b>			ぼりんこ (ぼりんこ) (ベジたべる)					
7日 木曜日	<b>お弁当</b>			ぼたぼた焼き (ぼたぼた焼き) サッポロポテト (1歳からのサッポロポテト)					
8日 金曜日	ゆかりご飯	白身魚のパン粉焼き	オクラのごま和え ハムステーキ 小松菜とえのきのすまし汁、りんご	焼きそば(おやつ) (焼きそば、豚ミンチ肉、キャベツ、人参、油、焼きそばソース)	米、パン粉、油、砂糖、ごま	ホキ、ハムステーキ	オクラ、キャベツ、小松菜、えのき、りんご	ゆかり粉、ペセリ粉、塩、こしょう、醤油、だし	
9日 土曜日	高菜チャーハン			キャベツのゆかり和え みかん缶	ベジたべる (ベジたべる) 牛乳	豚ミンチ肉	高菜漬、ねぎ、コーン、キャベツ、みかん缶	中華味、醤油、塩、こしょう、ゆかり粉	
11日 月曜日	ハヤシライス			コールスローサラダ フライドポテト ぶどうジュース	コーン蒸しパン (コーン、HM、豆乳、油)	豚肉	玉ねぎ、ほんしめじ、キャベツ、人参、ぶどうジュース	ケチャップ、和風ドレッシング、塩	
12日 火曜日	菜飯	豚肉のすき焼き風煮	ミニ野菜コロッケ インゲンとツナのマヨ和え 大根とわかめのみまし汁、白桃缶	ホットケーキ (HM、豆乳、メープルシロップ)	米、砂糖、ミニ野菜コロッケ、油	豚肉、焼き豆腐、ツナ、わかめ	ねぎ、白菜、インゲン、コーン、大根、白桃缶	菜めし、醤油、酒、みりん、エッグケア、だし、塩	
13日 水曜日	<b>お弁当</b>			星たべよ(星たべよ) きなこ餅(きな粉餅)					
14日 木曜日	炊き込みご飯	ホークソテー	もやしと人参の和え物 ツナと大根の煮物 白菜と絹さやのみまし汁 オレンジ	じゃがいも餅 (じゃがいも、片栗粉、醤油、砂糖、みりん)	米、油、砂糖	豚肉、ツナ	人参、しめじ、絹さや、玉ねぎ、もやし、大根、インゲン、白菜、オレンジ	酒、みりん、醤油、塩、こしょう、だし	
15日 金曜日	きな粉ごはん	から揚げ	南瓜ソテー 春雨サラダ 鮭とわかめのみそ汁 フルーツ白玉	オレンジゼリー (オレンジゼリーの素、水)	米、砂糖、油、片栗粉、春雨、ごま油、切粒、白玉団子	きな粉、わかめ、味噌、鶏肉	生姜、かぼちゃ、人参、胡瓜、コーン、フルーツカクテル缶、みかん缶	醤油、酒、こしょう、塩、酢、だし	
16日 土曜日	マーボー豆腐丼			春雨サラダ パイン缶	サッポロポテト (1歳からのサッポロポテト) 牛乳	豆腐、豚ミンチ肉、味噌	ねぎ、にら、生姜、人参、キャベツ、パイン缶	醤油、酒、中華味、酢	
18日 月曜日	中華丼			ほうれん草のナムル 玉ねぎとわかめの中華スープ 黄桃缶	いちご蒸しパン (HM、いちごシロップ、豆乳)	豚肉、わかめ	白菜、人参、椎茸、ほうれん草、玉ねぎ、黄桃缶	中華味、醤油、みりん、塩	
19日 火曜日	<b>お弁当</b>			源氏パイ(源氏パイ) ぼりんこ(ぼりんこ)					
20日 水曜日	<b>春分の日</b>								
21日 木曜日	ゆかりご飯	白身魚のコーンマヨ焼き	大根の煮物 キャベツのごま昆布和え 白菜とねぎのみそ汁 パイン缶	お麩ラスク(砂糖) (おつゆ、油、砂糖)	米、砂糖、ごま	たら、塩昆布、味噌	コーン、玉ねぎ、大根、人参、絹さや、キャベツ、胡瓜、白菜、ねぎ、パイン缶	ゆかり粉、エッグケア、みりん、醤油、だし	
22日 金曜日	菜飯	チャブチエ	春巻き インゲンと人参のマヨ和え キャベツとわかめの中華スープ りんご	豆腐ドーナツ (絹ごし豆腐、HM、砂糖、油、きな粉、砂糖)	米、春雨、ごま油、砂糖、油	豚ミンチ肉、春巻き、ツナ、わかめ	にら、人参、玉ねぎ、にんにく、インゲン、キャベツ、りんご	菜めし、醤油、酒、エッグケア、塩、中華味	
23日 土曜日	鶏丼			もやしとチンゲン菜の中華スープ みかん缶	きなこ餅(きな粉餅) 星たべよ(星たべよ) 牛乳	鶏肉	玉ねぎ、小松菜、人参、キャベツ、チンゲン菜、もやし、みかん缶	醤油、酒、中華味	
25日 月曜日	あんかけうどん			揚げなすのお浸し 小松菜のおかか和え オレンジ	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	うどん、片栗粉、砂糖	豚肉、かつお節	白菜、椎茸、人参、ねぎ、揚げ茄子、ピーマン、小松菜、オレンジ	だし、醤油、みりん、酒、塩
26日 火曜日	菜飯	ホークチャップ	ポテトサラダ もやしとツナの和え物 玉ねぎと白菜のスープ 白桃缶	鬼まんじゅう (HM、さつまい、砂糖、豆乳、塩)	米、油、じゃが芋、砂糖	豚肉、ツナ	玉ねぎ、ピーマン、ミックスベジタブル、もやし、人参、白菜、白桃缶	菜めし、クチャップ、ウスターソース、塩、こしょう、エッグケア、醤油、コンソメ	
27日 水曜日	ゆかりご飯	白身魚の照りやき	ハムステーキ ごぼうサラダ 大根と油揚げのみそ汁 黄桃缶	ごまクッキー (HM、ごま、マーガリン、砂糖、豆乳)	米、油	ホキ、ハムステーキ、油揚げ、味噌	生姜、ごぼう、人参、大根、黄桃缶	ゆかり粉、みりん、醤油、和風ドレッシング、だし	
28日 木曜日	わかめご飯	バーベキューチキン	れんこんサラダ ポイルブロッコリー ほうれん草とコーンのスープ パナナ	五平餅 (米、味噌、砂糖、ごま)	米、砂糖、油	ツナ、鶏肉	ブロッコリー、れんこん、人参、ほうれん草、コーン、バナナ	炊き込みわかめ、ケチャップ、醤油、エッグケア、コンソメ、こしょう	
29日 金曜日	菜飯	豚肉の生姜焼き	ヒジキサラダ 切干大根の煮物 もやしのスープ みかん缶	黒糖蒸しパン (HM、黒砂糖、豆乳)	米、油、砂糖	豚肉、ひじき、油揚げ	玉ねぎ、生姜、胡瓜、コーン、キャベツ、切干大根、人参、グリーンピース、もやし、ねぎ、みかん缶	菜めし、醤油、酒、みりん、和風ドレッシング、コンソメ、塩、こしょう	
30日 土曜日	チャーハン			ピーマンとキャベツのソテー パイン缶	ベジたべる (ベジたべる) 牛乳	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、パインスライス缶	醤油、塩、こしょう	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。  
ホットケーキミックスはHMと記載しています。