

令和5年8月 予定献立表

離乳食(完了期)

日付	AMおやつ	予定献立	主な材料	PMおやつ	主な材料
1.15. 29 (火)	・牛乳 ・オレンジ	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 コーン 人参 大豆 じゃが芋 わかめ ひじき 大豆 ごま油 みそ 油 酒 砂糖 醤油 かつおだし	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚肉 葉ねぎ みそ みりん 酒
2.16. 30 (水)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ かつおだし 砂糖 みそ みりん 醤油	・牛乳 ・ツナマヨチーズ トースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ
3 (木)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・スイカ	スイカ
4.18 (金)	・牛乳 ・チーズ	・ごはん ・カレイのごま煮 ・さつまいもと鶏肉の甘辛炒め ・みそ汁	米 カレイ 鶏肉 さつまい 南瓜 ビーマン インゲン 油 白ごま かつおだし 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・チキンライス おにぎり	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 ケチャップ
5.19 (土)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏肉 小松菜 赤パプリカ じゃが芋 フロッコリー 厚揚げ えのき 生姜 砂糖 醤油 油 みりん マヨドレ みそ 塩	・お茶 ・フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 砂糖
7.21 (月)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ひじきご飯 ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 鶏肉 ひじき 人参 大根 油揚げ グリーンピース 葉ねぎ インゲン ごま油 砂糖 醤油 みそ 酒 みりん 油 塩 かつおだし	・牛乳 ・コーンマヨチーズ トースト	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ
8 (火)	・牛乳 ・チーズ	・ナポリタン ・フロッコリーとツナのサラダ ・ミルクスープ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 玉ねぎ フロッコリー キャベツ ツナ缶 バター ケチャップ 砂糖 醤油 酢 油 塩 コンソメ 片栗粉	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
9.23 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ツナ缶 木綿豆腐 ビーマン 南瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・きな粉クッキー	HM(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 豆乳 油
10.24 (木)	・牛乳 ・マスカット ゼリー	・ごはん ・カレイの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・具だくさん汁 ・マスカットゼリー	米 カレイ 鶏肉 白菜 人参 南瓜 えのき 長ねぎ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 みりん 白ごま 油 みそ	・牛乳 ・豆腐パンケーキ	HM(グルテンフ リー) 豆乳 木綿豆腐
12.26 (土)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・豚肉の玉ねぎソース ・マカロニサラダ ・コンソメスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 マカロ ニ(グルテンフリー) コーン ツナ缶 じゃが芋 わかめ 酒 油 砂糖 醤油 酢	・牛乳 ・お野菜せんべい& チーズ	お野菜せんべい チーズ
14.28 (月)	・牛乳 ・人参 せんべい	・ごはん ・カレイの甘酢あんかけ ・フロッコリーのごま和え ・みそ汁	米 カレイ 玉ねぎ 人参 ビーマン フロッコリー さつまい 油 砂糖 ケチャップ 酢 醤油 酒 みりん 片栗粉 かつおだし みそ	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフ リー) おからパウダー 豆乳 砂糖 油
17.31 (木)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテン フリー) きな粉 砂糖 塩
22 (火)	・お茶 ・かき氷	・焼きそば風 ナポリタン ・唐揚げ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 キャベツ 人参 鶏肉 油 塩 砂糖 みりん にんにく 生姜 醤油 酒 片栗粉 油 ケチャッ プ ウスターソース	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
25 (金)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・鮭のムニエル ・チンゲン菜と厚揚げの煮物 ・コンソメスープ	米 鮭 チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 片栗粉 油 バター 油 塩 かつおだし 砂糖 醤油 コンソメ	・牛乳 ・米粉ロール クッキー &オレンジ	米粉ロール クッキー オレンジ

・HM=ホットケーキミックス(グルテンフリー)、スパゲッティ(グルテンフリー)、パン(米粉パン)、マヨドレ(卵不使用)

・毎月1～14日の献立と同じものを後半にも繰り返しています。同じメニューでも、初めて食べる時より二度目に

・食べる時の方が子ども達の味覚が慣れ食が進むようになるという理由から、反復式献立を行っています。

・原材料の魚類はえび、かに、いかに食べているものになります。

・その他何かございましたら、お気軽にお申し付けください。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	462kcal / 430kcal
タンパク質	18g / 14～21g
カルシウム	255mg / 212mg
塩分	1.1mg / 1.4 mg未満

令和5年8月 予定献立表

幼児食(1.2歳児用)

摂津ボッポせんりおか保育園

日付	AMおやつ	予定献立	主な材料	PMおやつ	主な材料(おやつ)
1.15. 29 (火)	・牛乳 ・オレンジ	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 コーン 人参 大豆 じゃが芋 わかめ ひじき ごま油 みそ 油 酒 砂糖 醤油 かつおだし	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚肉 葉ねぎ みそ みりん 酒
2.16. 30 (水)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらす の和え物 ・みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ かつおだし 砂糖 みそ みりん 醤油	・牛乳 ・ツナマヨチーズ トースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ
3 (木)	・お茶 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩
4.18 (金)	・牛乳 ・チーズ	・ごはん ・カレイのごま煮 ・さつまいもと鶏肉 の甘辛炒め ・みそ汁	米 カレイ 鶏肉 さつまい 南瓜 ビーマン インゲン 油 白ごま かつおだし 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・チキンライス おにぎり	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 ケチャップ
5.19 (土)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏肉 小松菜 赤パプリカ じゃが芋 ブロッコリー 厚揚げ えのき 生姜 砂糖 醤油 油 みりん マヨドレ みそ 塩	・お茶 ・フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 砂糖
7.21 (月)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ひじきご飯 ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 鶏肉 ひじき 人参 大根 油揚げ グリーンピース 葉ねぎ インゲン ごま油 砂糖 醤油 みそ 酒 みりん 油 塩 かつおだし	・牛乳 ・コーンマヨチーズ トースト	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ
8 (火)	・牛乳 ・チーズ	・ナポリタン ・ブロッコリーとツナ のサラダ ・ミルクスープ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ ツナ缶 バター ケチャップ 砂 糖 醤油 ウスターソース 酢 油 塩 コンソメ 片栗粉	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
9.23 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ツナ缶 木綿豆腐 ビーマン 南瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ 油	・牛乳 ・きな粉クッキー	HM(グルテンフリー) きな粉 砂糖 豆乳 油
10.24 (木)	・牛乳 ・マスカット ゼリー	・ごはん ・カレイの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・具だくさん汁	米 カレイ 鶏肉 白菜 人参 南瓜 えのき 長ねぎ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 みりん 白ごま 油 みそ	・牛乳 ・豆腐パンケーキ	HM(グルテンフリー) 豆乳 木綿豆腐
12.26 (土)	・牛乳 ・米粉ロール クッキー	・ごはん ・豚肉の玉ねぎソース ・マカロニサラダ ・コンソメスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン マカロニ(グルテンフリー) ツナ缶 じゃが芋 わかめ 酒 油 砂糖 醤油 酢 コンソメ 塩 マヨドレ	・牛乳 ・お野菜せんべい& チーズ	お野菜せんべい チーズ
14.28 (月)	・牛乳 ・人参 せんべい	・ごはん ・カレイの甘酢あんかけ ・ブロッコリーの ごま和え ・みそ汁	米 カレイ 玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー 白ごま さつまい 油 砂糖 ケチャップ 酢 醤油 酒 みりん 片栗粉 かつおだし みそ	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフリー) おからパウダー 豆乳 砂糖 油
17.31 (木)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩
22 (火)	・お茶 ・かき氷	・焼きそば ・唐揚げ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 キャベツ 人参 鶏肉 にんにく 生姜 塩 砂糖 みりん 醤油 酒 片栗粉 油 ウスター ソース	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
25 (金)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・鮭のムニエル ・チンゲン菜と厚揚げ の煮物 ・コンソメスープ	米 鮭 チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 片栗粉 油 バター 油 塩 かつおだし 砂糖 醤油 コンソメ	・牛乳 ・米粉ロール クッキー & オレンジ	米粉ロール クッキー オレンジ

- ・HM=ホットケーキミックス(グルテンフリー)、スパゲッティ(グルテンフリー)、パン(米粉パン)、マヨドレ(卵不使用)
- ・毎月1〜14日の献立と同じものを後半にも繰り返しています。同じメニューでも、初めて食べる時より二度目に食べる時の方が子ども達の味覚が慣れ食が進むようになるという理由から、反復式献立を行っています。
- ・原材料の魚類はえび、かに、いかを食べているものになります。
- ・その他何かございましたら、お気軽にお申し付けください。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	462kcal / 430kcal
タンパク質	18g / 14〜21g
カルシウム	255mg / 212mg
塩分	1.1mg / 1.4 mg未満

給食室

令和5年8月 予定献立表

幼児食(1.2歳児用)

摂津ボッポせんりおか保育園

日付	AMおやつ	予定献立	主な材料	PMおやつ	主な材料	印
1.15. 29 (火)	・牛乳 ・オレンジ	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 コーン 人参 大豆 じゃが芋 わかめ ひじき ごま油 みそ 油 酒 砂糖 醤油 かつおだし	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚肉 葉ねぎ みそ みりん 酒	
2.16. 30 (水)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ かつおだし 砂糖 みそ みりん 醤油	・牛乳 ・ツナマヨチーズ トースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ	
3 (木)	・お茶 ・スイカ 	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩	
4.18 (金)	・牛乳 ・チーズ	・ごはん ・カレイのごま煮 ・さつまいもと 鶏肉の甘辛炒め ・みそ汁	米 カレイ 鶏肉 さつまい 南瓜 ビーマン インゲン 油 白ごま かつおだし 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・チキンライス おにぎり	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 ケチャップ	
5.19 (土)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏肉 小松菜 赤パプリカ じゃが芋 ブロッコリー 厚揚げ えのき 生姜 砂糖 醤油 油 みりん マヨドレ みそ 塩	・お茶 ・フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 砂糖	
7.21 (月)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ひじきご飯 ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 鶏肉 ひじき 人参 大根 油揚げ グリーンピース 葉ねぎ インゲン ごま油 砂糖 醤油 みそ 酒 みりん 油 塩 かつおだし	・牛乳 ・コーンマヨチーズ トースト	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ	
8 (火)	・牛乳 ・チーズ	・ナポリタン ・ブロッコリーとツナ のサラダ ・ミルクスープ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ ツナ缶 バター ケチャップ 砂 糖 醤油 ウスターソース 酢 油 塩 コンソメ 片栗粉	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩	
9.23 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ツナ缶 木綿豆腐 ビーマン 南瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ 油	・牛乳 ・きな粉クッキー	HM(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 豆乳 油	
10.24 (木)	・牛乳 ・マスカット ゼリー	・ごはん ・カレイの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・異だくさん汁 ・マスカットゼリー	米 カレイ 鶏肉 白菜 人参 南瓜 えのき 長ねぎ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 みりん 白ごま 油 みそ	・牛乳 ・豆腐パンケーキ	HM(グルテンフ リー) 豆乳 木綿豆腐	
12.26 (土)	・牛乳 ・米粉ロール クッキー	・ごはん ・豚肉の玉ねぎソース ・マカロニサラダ ・コンソメスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン マカロニ(グルテンフリー) ツナ缶 じゃが芋 わかめ 酒 油 砂糖 醤油 酢 コンソメ 塩 マヨドレ	・牛乳 ・お野菜せんべい& チーズ	お野菜せんべい チーズ	
14.28 (月)	・牛乳 ・人参 せんべい	・ごはん ・カレイの甘酢あんかけ ・ブロッコリーのごま和え ・みそ汁	米 カレイ 玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー 白ごま さつまい 油 砂糖 ケチャップ 酢 醤油 酒 みりん 片栗粉 かつおだし みそ	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフ リー) おからパウダー 豆乳 砂糖 油	
17.31 (木)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩	
22 (火)	・お茶 ・かき氷 	・焼きそば ・唐揚げ 	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 キャベツ 人参 鶏肉 にんにく 生姜 油 塩 砂糖 みりん 醤油 酒 片栗粉 油 ウスター ソース	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩	
25 (金)	・牛乳 ・お野菜 せんべい	・ごはん ・鮭のムニエル ・チンゲン菜と 厚揚げの煮物 ・コンソメスープ	米 鮭 チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 片栗粉 油 バター 油 塩 かつおだし 砂糖 醤油 コンソメ	・牛乳 ・米粉ロール クッキー &オレンジ	米粉ロール クッキー オレンジ	

- ・提供しても良い場合は印のところに印鑑を押してご提出ください。
- ・HM=ホットケーキミックス(グルテンフリー)、スパゲッティ(グルテンフリー)、パン(米粉パン)、マヨドレ(卵不使用)
- ・毎月1~14日の献立と同じものを後半にも繰り返しています。同じメニューでも、初めて食べる時より二度目に
- ・食べる時の方が子ども達の味覚が慣れ食が進むようになるという理由から、反復献立を行っています。
- ・原材料の魚類はえび、かに、いかを食べているものになります。
- ・その他何かございましたら、お気軽にお申し付けください。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	463kcal / 430kcal
タンパク質	18g / 14~21g
カルシウム	257mg / 212mg
塩分	1.1mg / 1.4 mg未満

令和5年8月 予定献立表

幼児食(3.4.5歳児用)
摂津ポッポせんりおか保育園

日付	予定献立	主な材料	PMおやつ	主な材料(おやつ)
1.15. 29 (火)	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁 ・オレンジ	米 鶏肉 ほうれん草 コーン 人参 大豆 じゃが芋 わかめ ひじき ごま油 みそ 油 酒 砂糖 醤油 かつおだし オレンジ	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚肉 葉ねぎ みそ みりん 酒
2.16. 30 (水)	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ かつおだし 砂糖 みそ みりん 醤油	・牛乳 ・ツナマヨチーズ トースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ
3 (木)	 ・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁 ・スイカ	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖 スイカ	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩
4.18 (金)	・ごはん ・カレイのごま煮 ・さつまいもと 鶏肉の甘辛炒め ・みそ汁	米 カレイ 鶏肉 さつまい 南瓜 ビーマン インゲン 油 白ごま かつおだし 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・チキンライス おにぎり	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 ケチャップ
5.19 (土)	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏肉 小松菜 赤パプリカ じゃが芋 フロッコリー 厚揚げ えのき 生姜 砂糖 醤油 油 みりん マヨドレ みそ 塩	・お茶 ・フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 砂糖
7.21 (月)	・ひじきご飯 ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 鶏肉 ひじき 人参 大根 油揚げ グリーンピース 葉ねぎ インゲン ごま油 砂糖 醤油 みそ 酒 みりん 油 塩 かつおだし	・牛乳 ・コーンマヨチーズ トースト	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ
8 (火)	・ナポリタン ・フロッコリーとツナのサラダ ・ミルクスープ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 玉ねぎ フロッコリー キャベツ ツナ缶 バター ケチャップ 砂糖 醤油 ウスターソース 酢 油 塩 コンソメ 片栗粉	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
9.23 (水)	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁 ・ヨーグルト	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ツナ缶 木綿豆腐 ビーマン 南瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ 油 ヨーグルト	・牛乳 ・きな粉クッキー	HM(グルテンフリー) 油 きな粉 砂糖 豆乳
10.24 (木)	・ごはん ・カレイの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・具だくさん汁 ・マスカットゼリー	米 カレイ 鶏肉 白菜 人参 南瓜 えのき 長ねぎ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 みりん 白ごま 油 みそ マスカットゼ リー	・牛乳 ・豆腐パンケーキ	HM(グルテンフリー) 油 豆乳 木綿豆腐
12.26 (土)	・ごはん ・豚肉の玉ねぎソース ・マカロニサラダ ・コンソメスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン マカロニ(グルテンフリー) ツナ缶 じゃが芋 わかめ 酒 油 砂糖 醤油 酢 コンソメ 塩 マ ヨドレ	・牛乳 ・お野菜せんべい& チーズ	お野菜せんべい チーズ
14.28 (月)	・ごはん ・カレイの甘酢あんかけ ・フロッコリーのごま和え ・みそ汁	米 カレイ 玉ねぎ 人参 ビーマン フロッコリー 白ごま さつまい 油 砂糖 ケチャップ 酢 醤油 酒 みりん 片栗粉 かつおだし みそ	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフリー) おからパウダー 豆乳 砂糖 油
17.31 (木)	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフ リー) きな粉 砂糖 塩
22 (火)	 ・焼きそば ・唐揚げ ・かき水	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 キャベツ 人参 鶏肉 にんにく 生姜 油 塩 砂糖 みりん 醤油 酒 片栗粉 油 ウスター ソース	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩
25 (金)	・ごはん ・鮭のムニエル ・チンゲン菜と厚揚げの煮物 ・コンソメスープ	米 鮭 チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 片栗粉 油 バター 油 塩 かつおだし 砂糖 醤油 コンソメ	・牛乳 ・米粉ロール クッキー &オレンジ	米粉ロールクッキー オレンジ

・HM=ホットケーキミックス(グルテンフリー)、スパゲッティ(グルテンフリー)、パン(米粉パン)、マヨドレ(卵不使用)

・毎月1～14日の献立と同じものを後半にも繰り返しています。同じメニューでも、初めて食べる時より二度目に食べるときのほうが子ども達の味覚が慣れ食が進むようになるという理由から、反復式献立を行っています。

・原材料の魚類はえび、かに、いかを食べているものになります。

・その他何かございましたら、お気軽にお申し付けください。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	573kcal / 590kcal
タンパク質	22g / 19～30g
カルシウム	259mg / 258mg
塩分	1.4mg / 1.5 mg未満

給食室

令和5年8月 予定献立表

幼児食(3,4,5歳児用)

摂津ポッポせんりおか保育園

日付	予定献立	主な材料	PMおやつ	主な材料(おやつ)	印
1.15. 29 (火)	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁 ・オレンジ	米 鶏肉 ほうれん草 コーン 人参 大豆 じゃが芋 わかめ ひじき ごま油 みそ 油 酒 砂糖 醤油 かつおだし オレンジ	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚肉 葉ねぎ みそ みりん 酒	
2.16. 30 (水)	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ かつおだし 砂糖 みそ みりん 醤油	・牛乳 ・ツナマヨチーズ トースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ	
3 (木)	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁 ・スイカ	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖 スイカ	・牛乳 ・スイカ	スイカ	
4.18 (金)	・ごはん ・カレイのごま煮 ・さつまいもと 鶏肉の甘辛炒め ・みそ汁	米 カレイ 鶏肉 さつまい 南瓜 ビーマン インゲン 油 白ごま かつおだし 砂糖 醤油 みりん みそ	・牛乳 ・チキンライス おにぎり	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 ケチャップ	
5.19 (土)	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏肉 小松菜 赤パプリカ じゃが芋 ブロッコリー 厚揚げ えのき 生姜 砂糖 醤油 油 みりん マヨドレ みそ 塩	・お茶 ・フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト 白桃缶 みかん缶 砂糖	
7.21 (月)	・ひじきご飯 ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 鶏肉 ひじき 人参 大根 油揚げ グリーンピース 葉ねぎ インゲン ごま油 砂糖 醤油 みそ 酒 みりん 油 塩 かつおだし	・牛乳 ・コーンマヨチーズ トースト	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ	
8 (火)	・ナポリタン ・ブロッコリーとツナのサラダ ・ミルクスープ	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ ツナ缶 バター ケチャップ 砂 糖 醤油 ウスターソース 酢 油 塩 コンソメ 片栗粉	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩	
9.23 (水)	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁 ・ヨーグルト	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ツナ缶 木綿豆腐 ビーマン 南瓜 わかめ 砂糖 醤油 みりん みそ 油 ヨーグルト	・牛乳 ・きな粉クッキー	HM(グルテンフリー) 油 きな粉 砂糖 豆乳	
10.24 (木)	・ごはん ・カレイの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・具だくさん汁 ・マスカットゼリー	米 カレイ 鶏肉 白菜 人参 南瓜 えのき 長ねぎ 生姜 かつおだし 砂糖 醤油 みりん 白ごま 油 みそ マスカットゼ リー	・牛乳 ・豆腐パンケーキ	HM(グルテンフリー) 油 豆乳 木綿豆腐	
12.26 (土)	・ごはん ・豚肉の玉ねぎソース ・マカロニサラダ ・コンソメスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン マカロニ(グルテンフリー) ツナ缶 じゃが芋 わかめ 酒 油 砂糖 醤油 酢 コンソメ 塩 マヨドレ	・牛乳 ・お野菜せんべい& チーズ	お野菜せんべい チーズ	
14.28 (月)	・ごはん ・カレイの甘酢あんかけ ・ブロッコリーのごま和え ・みそ汁	米 カレイ 玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー 白ごま さつまい 油 砂糖 ケチャップ 酢 醤油 酒 みりん 片栗粉 かつおだし みそ	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフリー) おからパウダー 豆乳 砂糖 油	
17.31 (木)	・ごはん ・豚肉とキャベツの ごま味噌炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 大根 油揚げ 葉ねぎ わかめ 塩 油 醤油 すりごま 酒 ごま油 みりん みそ かつおだし 砂糖 オレンジ	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ(グルテンフリー) きな粉 砂糖 塩	
22 (火)	・焼きそば ・唐揚げ ・かき氷	パスタ(グルテンフリー) 豚肉 キャベツ 人参 鶏肉 にんにく 生姜 油 塩 砂糖 みりん 醤油 酒 片栗粉 油 ウスター ソース	・牛乳 ・小松菜とじゃこの おにぎり	米 小松菜 ちりめんじゃこ ごま油 醤油 塩	
25 (金)	・ごはん ・鮭のムニエル ・チンゲン菜と厚揚げの煮物 ・コンソメスープ	米 鮭 チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 片栗粉 油 バター 油 塩 かつおだし 砂糖 醤油 コンソメ	・牛乳 ・米粉ロール クッキー & オレンジ	米粉ロールクッキー オレンジ	

- ・提供しても良い場合は印のところに印鑑を押してご提出ください。
- ・HM=ホットケーキミックス(グルテンフリー)、スパゲッティ(グルテンフリー)、パン(米粉パン)、マヨドレ(卵不使用)
- ・毎月1～14日の献立と同じものを後半にも繰り返しています。同じメニューでも、初めて食べる時より二度目に食べる時の方が子ども達の味覚が慣れ食が進むようになるという理由から、反復式献立を行っています。
- ・原材料の魚類はえび、かに、いかを食べているものになります。
- ・その他何かございましたら、お気軽にお申し付けください。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	578kcal / 590kcal
タンパク質	21.2g / 19～30g
カルシウム	245mg / 258mg
塩分	1.3mg / 1.5 mg未満

給食室