

令和6年2月 予定献立表

幼児食(0.1.2歳児用)
摂津ポ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 (木)	・お茶 ・チーズ	・ひじきごはん ・鶏肉のみそ焼き ・大根の信田煮 ・すまし汁	米 ひじき 人参 鶏もも 大根 油揚げ グリンピース 葉ねぎ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし 味噌 こま油	・牛乳 ・ラスク	米粉パン パター 砂糖
2 (金)	・お茶 ・ヨーグルト	・鬼ぞぼろ丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ビー マン 南瓜 ツナ缶 しめじ 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・星たべよ	星たべよ
3 (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 ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ マカロニ(グル テンフリー) コーン缶 ツナ缶 葉ねぎ わかめ 砂糖 醤油 酒 酢 塩 マヨドレ かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・蒸しさつまいも	さつまいも
5.19 (月)	・牛乳 ・オレンジ	・カレーライス ・キャベツとツナのマヨサラダ	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ジャが いも にんにく きゅうり コーン 缶 ツナ缶 砂糖 みりん 酢 塩 片栗粉 トマトピューレ ウスター ソース カレー粉 牛乳 コンソメ 油	・牛乳 ・骨付きチキンのさっぱり煮	手羽元 砂糖 醤油 酢
6.20 (火)	・牛乳 ・お野菜せんべい	・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) 豚ひき肉 玉ねぎ ブロッコリー ツナ缶 人参 きゃべつ 砂糖 醤油 酢 塩 片栗粉 牛乳 ケチャップ ウスターソース パター コンソメ 油	・牛乳 ・しらすのトースト	米粉パン しらす チーズ のり
7.21 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・ごはん ・たらのマヨ焼き ・ごぼうと人参のさんびら ・みそ汁	米 たら いんげん ごぼう 人参 豚もも 木綿豆腐 わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 マヨドレ 片栗粉 かつおだし 味噌 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
8.22 (木)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・ごはん ・かれいの生姜煮 ・白菜と人参のごま和え ・具たくさん汁	米 かれい 生姜 白菜 人参 鶏もも 南瓜 えのき 長ねぎ ごま 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・さつまいもパンケーキ	HM(グルテンフリー) 牛乳 さつまいも
9 (金)	・お茶 ・チーズ	・ごはん ・豚肉と玉ねぎの炒め物 ・高野豆腐の煮物 ・すまし汁	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン 高野豆腐 大根 人参 葉ねぎ わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし 油	・牛乳 ・フライドポテト	じゃがいも 油 塩
10.24 (土)	・牛乳 ・米粉ロールクッキー	・ごはん ・ささみの甘酢炒め ・南瓜サラダ ・コンソメスープ	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ビーマン 南瓜 じゃがいも わかめ 砂糖 醤油 酒 酢 塩 マヨドレ 片栗粉 コンソメ 油	・牛乳 ・コーンチーズおにぎり	米 コーン缶 チーズ
13.27 (火)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・たらの洋風照り焼き ・切り干し大根の煮物 ・みそ汁	米 たら 切り干し大根 豚もも 人参 玉ねぎ 水菜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 かつおだし 味噌 バター 油	・お茶 ・フルーツヨーグルト	ヨーグルト 黄桃缶 みかん缶 砂糖
14 (水)	・牛乳 ・みかん	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ジャが いも 小松菜 しらす しめじ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・ココア豆腐ドーナツ (生クリームと苺添え)	HM(グルテンフリー) 木綿豆腐 油 砂糖 ココア 生クリーム 苺
16 (金)	・お茶 ・ヨーグルト	・豚丼 ・南瓜とツナの煮物 ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ビーマ ン 南瓜 ツナ缶 木綿豆腐 わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・ピザトースト	餃子の皮(米粉) ビーマン ケチャップ チーズ
26 (月)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・ごはん ・鶏肉と野菜の中華炒め ・さつまいもの甘煮 ・中華スープ	米 鶏もも 玉ねぎ ビーマン 赤パプリカ さつまいも コーン チンゲン菜 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし こま油	・牛乳 ・おからクッキー	HM(グルテンフリー) おから 砂糖 豆乳 油
28 (水)	・牛乳 ・みかん	・ごはん ・肉じゃが ・小松菜としらすの和え物 ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ジャが いも 小松菜 しらす しめじ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・豆腐ドーナツ	HM(グルテンフリー) 木綿豆腐 油 砂糖

- ・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	44.1kcal/440kcal
タンパク質	18g/14~21g
カルシウム	218mg/212mg
塩分	1.0mg/1.4mg未満

給食室

令和6年2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 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん たららの洋風照り焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁 	米 たら 切り干し大根 豚もも 人参 玉ねぎ 水菜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 かつおだし 味噌 バター 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ラスク 	米粉パン バター 砂糖
2 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 鬼そぼろ丼 南瓜とツナの煮物 みそ汁 ヨーグルト 	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 南瓜 ツブ缶 木綿豆腐 わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 いわし 星たべよ 	いわし 星たべよ
3 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉の玉ねぎソース マカロニサラダ みそ汁 	米 豚もも 玉ねぎ マカロニ(グルテンフリー) コーン缶 ツブ缶 葉ねぎ わかめ 砂糖 醤油 酒 酢 塩 マヨドレ かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 蒸しさつまいも 	さつまいも
5.19 (月)	<ul style="list-style-type: none"> カレーライス キャベツとツナのマヨサラダ オレシジ 	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも にんにく きゅうり コーン缶 ツブ缶 砂糖 みりん 酢 塩 片栗粉 トマトピューレ ウスターソース カレー粉 牛乳 コンソメ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 骨付きチキンのさっぱり煮 	手羽元 砂糖 醤油 酢
6.20 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 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) 豚ひき肉 玉ねぎ フロッコリー ツブ缶 人参 きゃべつ 砂糖 醤油 酢 塩 片栗粉 牛乳 ケチャップ ウスターソース バター コンソメ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 しらすのりトースト 	米粉パン しらす チーズ のり
7.21 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん たららのマヨ焼き ごぼうと人参のきんぴら みそ汁 	米 たら いんげん ごぼう 人参 豚もも しめじ 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 マヨドレ 片栗粉 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 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
8.22 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん かれのい生姜煮 白菜と人参のごま和え 真だくさん汁 マスカットゼリー 	米 かれい 生姜 白菜 人参 鶏もも 南瓜 えのき 長ねぎ ごま 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 さつまいもパンケーキ 	HM(グルテンフリー) 牛乳 さつまいも
9 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉と玉ねぎの炒め物 高野豆腐の煮物 すまし汁 	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン 高野豆腐 大根 人参 葉ねぎ わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 フライドポテト 	じゃがいも 油 塩
10.24 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ささみの甘酢炒め 南瓜サラダ コンソメスープ 	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ビーマン 南瓜 じゃがいも わかめ 砂糖 醤油 酒 酢 塩 マヨドレ 片栗粉 コンソメ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 コーンチーズおにぎり 	米 コーン缶 チーズ
13.27 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ひじきごはん 鶏肉のみそ焼き 大根の信田煮 すまし汁 	米 ひじき 人参 鶏もも 大根 油揚げ クリンピース 葉ねぎ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし 味噌 ごま油	<ul style="list-style-type: none"> お茶 フルーツヨーグルト 	ヨーグルト 黄桃缶 みかん缶 砂糖
14 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 肉じゃが 小松菜としらすの和え物 みそ汁 みかん 	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも 小松菜 しらす しめじ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ココア豆腐ドーナツ (生クリームと苺添え) 	HM(グルテンフリー) 木綿豆腐 油 砂糖 ココア 生クリーム 苺
16 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 南瓜とツナの煮物 みそ汁 ヨーグルト 	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ビーマン 南瓜 ツブ缶 木綿豆腐 わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ピザトースト 	餃子の皮(米粉) ビーマン ケチャップ チーズ
26 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉と野菜の中華炒め さつまいもの甘煮 中華スープ 	米 鶏もも 玉ねぎ ビーマン 赤パプリカ さつまいも コーン チンゲン菜 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし ごま油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 おからクッキー 	HM(グルテンフリー) おから 砂糖 豆乳 油
28 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 肉じゃが 小松菜としらすの和え物 みそ汁 みかん 	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも 小松菜 しらす しめじ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 豆腐ドーナツ 	HM(グルテンフリー) 木綿豆腐 油 砂糖

- ・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	575kcal / 570kcal
タンパク質	23g / 19~30g
カルシウム	231mg / 258mg
塩分	1.2mg / 1.5 mg未満