

# 令和6年4月 予定献立表

離乳食(後期)  
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
1.15 (月)	ハイハイ	・かゆ ・鶏肉と野菜のコトコト煮 ・さつまいもの甘煮	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 さつまいも 砂糖 醤油 かつおだし	さつまいもの だし煮	さつまいも 砂糖 醤油 かつおだし
2.16.30 (火)	オレンジ	・かゆ ・豚肉のトマト煮 ・キャベツのクタクタ煮	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ 砂糖 醤油 かつおだし	じゃがいもの ホクホク煮	さつまいも 砂糖 醤油 かつおだし
3.17 (水)	ヨーグルト	・かゆ ・豚肉と玉ねぎのやわらか煮 ・南瓜の煮物	米 豚もも 玉ねぎ 南瓜 砂糖 醤油 かつおだし	野菜粥	米 キャベツ 砂糖 醤油 かつおだし
4.18 (木)	ハイハイ	・かゆ ・鶏肉と人参の煮物 ・大根のやわらか煮	米 鶏もも 人参 大根 葉ねぎ 砂糖 醤油 かつおだし	豆腐煮	豆腐 砂糖 醤油 かつおだし
5.19 (金)	塩せんべい	・かゆ ・たらの野菜あんかけ ・南瓜の煮物	米 たら 玉ねぎ 人参 南瓜 砂糖 醤油 片栗粉 かつおだし	ハイハイ	ハイハイ
6.20 (土)	ハイハイ	・かゆ ・鶏ささみと人参のやわらか煮 ・さつまいもの煮物	米 鶏ささみ 人参 さつまいも 砂糖 醤油 かつおだし	野菜粥	米 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 かつおだ し
8.22 (月)	塩せんべい	・かゆ ・肉じゃが ・小松菜のクタクタ煮	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも 小松菜 砂糖 醤油 かつおだし	野菜粥	米 小松菜 砂糖 醤油 かつおだし
9.23 (火)	ヨーグルト	・かゆ ・豚肉と白菜の煮物 ・じゃがいものホクホク煮	米 白菜 チンゲン菜 砂糖 醤油 かつおだし	塩せんべい	塩せんべい
10.24 (水)	ハイハイ	・かゆ ・玉ねぎと人参のそぼろ煮 ・きゅうりのやわらか煮	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゅうり 砂糖 醤油 かつおだし	野菜粥	米 ねぎ 砂糖 醤油 かつおだし
11.25 (木)	塩せんべい	・かゆ ・カレイの煮物 ・さつまいもと鶏肉のホクホク煮	米 カレイ さつまいも 鶏肉 砂糖 醤油 かつおだし	塩せんべい	塩せんべい
12.26 (金)	オレンジ	・かゆ ・たらのやわらか煮 ・玉ねぎと小松菜のクタクタ煮	米 たら 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 かつおだし	ハイハイ	ハイハイ
13.27 (土)	塩せんべい	・かゆ ・豚肉と野菜の煮物 ・南瓜のホクホク煮	米 豚もも 玉ねぎ ピーマン 南瓜 砂糖 醤油 かつおだし	ヨーグルト	ヨーグルト

- ・朝と午後のおやつには、お茶を提供しています。
- ・献立内容は原材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。
- ・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。

給食室

令和6年4月 予定献立表

幼児食(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 (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 赤パプリカ さつまいも チンゲン菜 コーン缶 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし ごま油	・牛乳 ・カラメルポテト	さつまいも 砂糖 バター 油
2.16.30 (火)	・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 トマトピューレ キャベツ ツナ缶 砂糖 みりん 塩 片栗粉 牛乳 マヨドレ ウスター ソース コンソメ カレー粉 油	・牛乳 ・じゃがいもチーズおやき	じゃがいも チーズ 片栗粉 醤油 油
3.17 (水)	・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 ・キャベツとごまのおにぎり	米 キャベツ ごま 塩 ごま油
4.18 (木)	・牛乳 ・お野菜せんべい	・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 ごま油	・牛乳 ・豆腐ドーナツ	HM 木綿豆腐 砂糖 油
5.19 (金)	・牛乳 ・チーズ	・ごはん ・たら野菜あんかけ ・南瓜の甘煮 ・みそ汁	米 たら 玉ねぎ 人参 南瓜 厚揚げ なめこ 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 かつおだし 味噌 油	・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
6.20 (土)	・牛乳 ・南瓜クッキー	・ごはん ・鶏ささみのごまだれ炒め ・さつまいもの塩バター煮 ・みそ汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ごま さつまいも わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 片栗粉 バター かつおだし 味噌 ごま油	・牛乳 ・昆布とおかかのおにぎり	米 塩昆布 かつおぶし ごま
8.22 (月)	・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 豚もも 玉ねぎ ジャがいも 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・お野菜せんべい ・チーズ	お野菜せんべい チーズ
9.23 (火)	・お茶 ・ヨーグルト	・中華うま丼 ・じゃがいもとツナの炒め煮 ・中華スープ	米 豚もも 白菜 人参 葉ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 もやし 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 片栗粉 中華味 かつおだし ごま油	・牛乳 ・しらすのりトースト	米粉パン しらす チーズ のり
10.24 (水)	・牛乳 ・チーズ	・ごはん ・ハンバーグ ・きゅうりとしらすのサラダ ・みそ汁	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゅうり しらす キャベツ もやし 葉ねぎ 砂糖 塩 酢 片栗粉 牛乳 ケチャップ ウスター ソース かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 味噌
11.25 (木)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・ごはん ・かれないのごま煮 ・さつまいもと鶏肉の甘辛炒め ・みそ汁	米 かれない ごま 鶏もも ビーマン さつまいも 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・ココアパンケーキ	HM 牛乳 ココア
12.26 (金)	・牛乳 ・オレンジ	・おかか混ぜごはん ・たら和風焼き ・ひじきの豆サラダ ・みそ汁	米 かつお節 醤油 たら ひじき 人参 大豆 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 マヨドレ かつおだし 味噌 油	・牛乳 ・おからクッキー	HM おから 豆乳 砂糖 油
13.27 (土)	・牛乳 ・お野菜せんべい	・ごはん ・豚肉のケチャップ炒め ・南瓜サラダ ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン 南瓜 しめじ わかめ 砂糖 醤油 みりん 塩 マヨドレ ケチャップ ウスターソース かつおだし 味噌 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

- ・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	468kcal / 430kcal
タンパク質	17g / 14~21g
カルシウム	263mg / 212mg
塩分	1.0mg / 1.4 mg未満

給食室

# 令和6年4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 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉と野菜の中華炒め</li> <li>さつまいもの甘煮</li> <li>中華スープ</li> </ul>	米 鶏もも 玉ねぎ 赤パプリカ さつまいも チンゲン菜 コーン缶 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"> <li>牛乳</li> <li>カラメルポテト</li> </ul>	さつまいも 砂糖 バター 油
2.16.30 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>カレーライス</li> <li>キャベツとツナのマヨサラダ</li> <li>オレンジ</li> </ul>	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ジャがいも にんにく トマトピューレ キャベツ ツナ缶 砂糖 みりん 塩 片栗粉 牛乳 マヨドレ ウスターソース コンソメ カレー粉 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ジャがいもチーズおやき</li> </ul>	ジャがいも チーズ 片栗粉 醤油 油
3.17 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>南瓜とツナの煮物</li> <li>みそ汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	米 豚もも 玉ねぎ 人参 ピーマン 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>キャベツとごまのおにぎり</li> </ul>	米 キャベツ ごま 塩 ごま油
4.18 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ひじきごはん</li> <li>鶏肉のみそ焼き</li> <li>大根の信田煮</li> <li>すまし汁</li> </ul>	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 ごま油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>豆腐ドーナツ</li> </ul>	HM 木綿豆腐 砂糖 油
5.19 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>たらの野菜あんかけ</li> <li>南瓜の甘煮</li> <li>みそ汁</li> </ul>	米 たら 玉ねぎ 人参 南瓜 厚揚げ なめこ 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>コーンマヨチーズトースト</li> </ul>	米粉パン コーン缶 チーズ マヨドレ
6.20 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏ささみのごまだれ炒め</li> <li>さつまいもの塩バター煮</li> <li>みそ汁</li> </ul>	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ごま さつまいも わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 片栗粉 バター かつおだし 味噌 ごま油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>昆布とおかかのおにぎり</li> </ul>	米 塩昆布 かつおぶし ごま
8.22 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>肉じゃが</li> <li>小松菜としらすの和え物</li> <li>みそ汁</li> </ul>	米 豚もも 玉ねぎ ジャがいも 人参 小松菜 しらす 木綿豆腐 しめじ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>お野菜せんべい</li> <li>チーズ</li> </ul>	お野菜せんべい チーズ
9.23 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>中華うま丼</li> <li>ジャがいもとツナの炒め煮</li> <li>中華スープ</li> </ul>	米 豚もも 白菜 人参 葉ねぎ ジャがいも ツナ缶 チンゲン菜 もやし 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 片栗粉 中華味 かつおだし ごま油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>しらすのりトースト</li> </ul>	米粉パン しらす チーズ のり
10.24 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>ハンバーグ</li> <li>きゅうりとしらすのサラダ</li> <li>みそ汁</li> </ul>	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゅうり しらす キャベツ もやし 葉ねぎ 砂糖 塩 酢 片栗粉 牛乳 ケチャップ ウスターソース かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>肉みそおにぎり</li> <li>煮干しチップ</li> </ul>	米 豚ひき肉 ねぎ 煮干し 砂糖 醤油 みりん 酒 味噌
11.25 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>かれいのごま煮</li> <li>さつまいもと鶏肉の甘辛炒め</li> <li>みそ汁</li> <li>マスカットゼリー</li> </ul>	米 かれい ごま 鶏もも ピーマン さつまいも 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ココアパンケーキ</li> </ul>	HM 牛乳 ココア
12.26 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>おかか混ぜごはん</li> <li>たらの和風焼き</li> <li>ひじきの豆サラダ</li> <li>みそ汁</li> <li>オレンジ</li> </ul>	米 かつお節 醤油 たら ひじき 人参 大豆 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 マヨドレ かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>おからクッキー</li> </ul>	HM おから 豆乳 砂糖 油
13.27 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>豚肉のケチャップ炒め</li> <li>南瓜サラダ</li> <li>みそ汁</li> </ul>	米 豚もも 玉ねぎ ピーマン 南瓜 しめじ わかめ 砂糖 醤油 みりん 塩 マヨドレ ケチャップ ウスター ソース かつおだし 味噌 油	<ul style="list-style-type: none"> <li>お茶</li> <li>フルーツヨーグルト</li> </ul>	ヨーグルト 黄桃缶 みかん缶 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	585kcal / 538kcal
タンパク質	21g / 19~30g
カルシウム	249mg / 258 mg
塩分	1.3g / 1.5g未満