

令和6年5月 予定献立表

幼児食(3.4.5歳児用)
摂津ポッセんりおか保育園

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 (水)	・ごはん ・鶏の唐揚げ ・小松菜と人参の納豆和え ・みそ汁 ・ヨーグルト	米 鶏もも にんにく 生姜 トマト 小松菜 人参 納豆 木綿豆腐 なめこ 砂糖 醤油 みりん 酒 片栗粉 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・お野菜せんべい ・チーズ	お野菜せんべい チーズ	
2.16.30 (木)	・ごはん ・たらの洋風照り焼き ・切干大根の煮物 ・みそ汁	米 たら 切干大根 豚もも 人参 玉ねぎ 水菜 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 バター かつおだし みそ 油	・牛乳 ・フライドポテト	じゃがいも 油 塩	
7.21 (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	スパゲッティ 豚ミンチ 玉ねぎ フロッコリー ツナ缶 人参 キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢 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	・牛乳 ・小松菜とじゃこのおにぎり	米 じゃこ 小松菜 醤油 塩 ごま油	
8.22 (水)	・ごはん ・たらのマヨ焼き ・ごぼうと人参の金平 ・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 片栗粉 マヨドレ かつおだし みそ 油	・お茶 ・フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 パナナ 砂糖	
9 (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 生姜 白菜 人参 ごま 鶏もも 南瓜 えのき ねぎ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・クレープ 	米粉 豆乳 バナナ みかん缶 ベーキングパウダー	
10.24 (金)	・カレーライス ・きゅうりの彩りサラダ ・オレシジ	米 豚もも 玉ねぎ 人参 にんにく じゃがいも トマト缶 きゅうり コーン缶 ツナ缶 砂糖 みりん 塩 酢 片栗粉 ウスターソース コンソメ カレー粉 油	・牛乳 ・大学芋	さつまいも 砂糖 醤油 みりん ごま 油	
11.25 (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 豚もも 玉ねぎ マカロニ ツナ缶 人参 コーン缶 じゃがいも わかめ 砂糖 醤油 酒 塩 酢 マヨドレ コンソメ ごま油 油	・牛乳 ・しょうゆコーンおにぎり	米 コーン缶 砂糖 醤油	
13 (月)	・ごはん ・ハンバーグ ・ポテトサラダ ・コンソメスープ	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃがいも ツナ缶 コーン缶 わかめ 砂糖 塩 片栗粉 牛乳 マヨドレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 油	・牛乳 ・どらやき	HM あんこ 牛乳	
14.28 (火)	・三色丼 ・ひじきと大豆の煮物 ・みそ汁	米 鶏ミンチ ほうれん草 コーン缶 ひじき 人参 大豆 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 酒 かつおだし みそ ごま油 油	・牛乳 ・マカロニきな粉	マカロニ 砂糖 きな粉	
17.31 (金)	・ごはん ・さけのムニエル ・チンゲン菜と厚揚げの煮物 ・コンソメスープ	米 さけ チンゲン菜 厚揚げ 人参 玉ねぎ しめじ 砂糖 醤油 塩 片栗粉 バター コンソメ かつおだし 油	・牛乳 ・ツナマヨトースト	米粉パン ツナ缶 チーズ マヨドレ	
18 (土)	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・南瓜サラダ ・みそ汁	米 鶏もも 生姜 南瓜 厚揚げ えのき 砂糖 醤油 みりん 塩 マヨドレ かつおだし みそ 油	・牛乳 ・昆布おかかおにぎり	米 塩昆布 かつお節 ごま	
20 (月)	・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 ねぎ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし 油	・牛乳 ・ラスク	米粉パン 砂糖 バター	
23 (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 生姜 白菜 人参 ごま 鶏もも 南瓜 えのき ねぎ 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・人参パンケーキ	HM 人参 牛乳	
27 (月)	 春の遠足 		・牛乳 ・どらやき	HM あんこ 牛乳	

- ・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	571kcal / 538kcal
タンパク質	21g / 19~30g
カルシウム	234mg / 258 mg
塩分	1.4g / 1.5g未満

4月26日(金)までにご提出お願いいたします。