

令和6年9月 予定献立表

離乳食(完了期)

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(おやつ)
2.30 (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 木綿豆腐 えのき 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし ごま油	・牛乳 ・鮭おにぎり	米 鮭缶 ねぎ ごま 醤油 酒
3 (火)	・お茶 ・チーズ	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・大学芋	さつまいも 砂糖 醤油 みりん 油
4.18 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・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 砂糖 醤油 塩 片栗粉 バター コンソメ 油	・牛乳 ・お野菜せんべい ・バナナ	お野菜せんべい バナナ
5.19 (木)	・牛乳 ・塩せんべい	・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 きゃべつ もやし 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 みそ 油	・牛乳 ・さつまいものパンケーキ	HM さつまいも 牛乳
6.20 (金)	・牛乳 ・オレンジ	・おかか混ぜご飯 ・たらの和風焼き ・ひじきの豆サラダ ・みそ汁	米 かつお節 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 みそ 油	・牛乳 ・しらすのりトースト	米粉パン しらす チーズ きざみのり
7.21 (土)	・牛乳 ・人参せんべい	・ごはん ・豚肉のケチャップ炒め ・かぼちゃサラダ ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン かぼちゃ わかめ しめじ 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 みそ 油	・牛乳 ・昆布おかかおにぎり	米 塩昆布 ごま かつお節
9 (月)	・牛乳 ・お野菜せんべい	・ごはん ・たらのマヨ焼き ・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 片栗粉 マヨドレ かつおだし みそ 油	・牛乳 ・きな粉豆腐ドーナツ	HM 木綿豆腐 砂糖 きな粉 油
10.24 (火)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・スパゲッティミートソース ・さつまいものレーズンサラダ ・コンソメスープ	スパゲッティ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリンピース さつまいも レーズン じゃがいも 砂糖 酒 塩 片栗粉 ケチャップ ウスターソース バター コンソメ 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ
11.25 (水)	・牛乳 ・オレンジ	・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 豚もも きゃべつ 人参 ごま 大根 油揚げ ねぎ わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・フルーツ寒天	みかん缶 バイン缶 粉寒天 砂糖
12.26 (木)	・お茶 ・チーズ	・ごはん ・鮭の竜田揚げ ・ささみと白菜のさっぱり和え ・中華スープ	米 鮭 鶏ささみ 白菜 人参 チンゲン菜 コーン缶 かつお節 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 酢 片栗粉 中華味 かつおだし	・牛乳 ・骨付きチキンのさっぱり煮	手羽元 砂糖 醤油 酢
13.27 (金)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・かれいのごま煮 ・チンゲン菜の中華和え ・みそ汁	米 かれい ごま チンゲン菜 人参 もやし ツナ缶 かぼちゃ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ ごま油	・お茶 ・フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖
14.28 (土)	・牛乳 ・南瓜クッキー	・ごはん ・ささみの甘酢炒め ・さつまいもの塩バター煮 ・みそ汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ビーマン さつまいも 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉 ケチャップ バター かつおだし みそ 油	・牛乳 ・わかめおにぎり	米 混ぜ込みわかめ
17 (火)	・お茶 ・チーズ	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・スイートポテト	さつまいも 黒ゴマ 砂糖 バター

・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)、マカロニ(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ご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。



令和6年9月 予定献立表

幼児食(1.2歳児用)

摂津ポッセんりおか保育園

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)
2.30 (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 木綿豆腐 えのき 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし ごま油	・牛乳 ・鮭おにぎり	米 鮭缶 ねぎ ごま 醤油 酒
3 (火)	・お茶 ・チーズ	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・大学芋	さつまいも 砂糖 醤油 みりん 油
4.18 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・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 砂糖 醤油 塩 片栗粉 バター コンソメ 油	・牛乳 ・お野菜せんべい ・バナナ	お野菜せんべい バナナ
5.19 (木)	・牛乳 ・塩せんべい	・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 きゃべつ もやし 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 みそ 油	・牛乳 ・さつまいものパンケーキ	HM さつまいも 牛乳
6.20 (金)	・牛乳 ・オレンジ	・おかが混ぜご飯 ・たららの和風焼き ・ひじきの豆サラダ ・みそ汁	米 かつお節 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 みそ 油	・牛乳 ・しらすのりトースト	米粉パン しらす チーズ きざみのり
7.21 (土)	・牛乳 ・人参せんべい	・ごはん ・豚肉のケチャップ炒め ・かぼちゃサラダ ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン かぼちゃ わかめ しめじ 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 みそ 油	・牛乳 ・昆布おかがおにぎり	米 塩昆布 ごま かつお節
9 (月)	・牛乳 ・お野菜せんべい	・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 片栗粉 マヨドレ かつおだし みそ 油	・牛乳 ・きな粉豆腐ドーナツ	HM 木綿豆腐 砂糖 きな粉 油
10.24 (火)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・スパゲッティミートソース ・さつまいものレーズンサラダ ・コンソメスープ	スパゲッティ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース さつまいも レーズン じゃがいも 砂糖 酒 塩 片栗粉 ケチャップ ウスターソース バター コンソメ 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ
11.25 (水)	・牛乳 ・オレンジ	・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 豚もも きゃべつ 人参 ごま 大根 油揚げ ねぎ わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・フルーツ寒天	みかん缶 バイン缶 粉寒天 砂糖
12.26 (木)	・お茶 ・チーズ	・ごはん ・鮭の竜田揚げ ・ささみと白菜のさっぱり和え ・中華スープ	米 鮭 鶏ささみ 白菜 人参 チンゲン菜 コーン缶 かつお節 砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉 中華味 かつおだし	・牛乳 ・骨付きチキンのさっぱり煮	手羽元 砂糖 醤油 酢
13.27 (金)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・かれのいのごま煮 ・チンゲン菜の中華和え ・みそ汁	米 かれのい ごま チンゲン菜 人参 もやし ツナ缶 かぼちゃ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ ごま油	・お茶 ・フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖
14.28 (土)	・牛乳 ・南瓜クッキー	・ごはん ・ささみの甘酢炒め ・さつまいもの塩バター煮 ・みそ汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ビーマン さつまいも 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉 ケチャップ バター かつおだし みそ 油	・牛乳 ・わかめおにぎり	米 混ぜ込みわかめ
17 (火)	・お茶 ・チーズ	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・スイートポテト	さつまいも 黒ゴマ 砂糖 バター

- ・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)、マカロニ(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	453kcal / 440kcal
タンパク質	18g / 14~21g
カルシウム	200mg / 212mg
塩分	1.1mg / 1.4 mg未満

給食室

令和6年9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)
2.30 (月)	・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 木綿豆腐 えのき 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 中華味 かつおだし ごま油	・牛乳 ・鮭おにぎり	米 鮭缶 ねぎ ごま 醤油 酒
3 (火)	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・大学芋	さつまいも 砂糖 醤油 みりん 油
4.18 (水)	・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 ・ヨーグルト	米 鮭 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 油	・牛乳 ・お野菜せんべい ・バナナ	お野菜せんべい バナナ
5.19 (木)	・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 きゃべつ もやし 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 みそ 油	・牛乳 ・さつまいものパンケーキ	HM さつまいも 牛乳
6.20 (金)	・おほか混ぜご飯 ・たららの和風焼き ・ひじきの豆サラダ ・みそ汁 ・オレンジ	米 かつお節 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 みそ 油	・牛乳 ・しらすのりトースト	米粉パン しらす チーズ きざみのり
7.21 (土)	・ごはん ・豚肉のケチャップ炒め ・かぼちゃサラダ ・みそ汁	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン かぼちゃ わかめ しめじ 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 みそ 油	・牛乳 ・昆布おほかおにぎり	米 塩昆布 ごま かつお節
9 (月)	・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 片栗粉 マヨドレ かつおだし みそ 油	・牛乳 ・きな粉豆腐ドーナツ	HM 木綿豆腐 砂糖 きな粉 油
10.24 (火)	・スパゲッティミートソース ・さつまいものレーズンサラダ ・コンソメスープ ・マスカットゼリー	スパゲッティ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース さつまいも レーズン じゃがいも 砂糖 酒 塩 片栗粉 ケチャップ ウスターソース バター コンソメ 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ
11.25 (水)	・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 豚もも きゃべつ 人参 ごま 大根 油揚げ ねぎ わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・フルーツ寒天	みかん缶 バイン缶 粉寒天 砂糖
12.26 (木)	・ごはん ・鮭の竜田揚げ ・ささみと白菜のさっぱり和え ・中華スープ	米 鮭 鶏ささみ 白菜 人参 チンゲン菜 コーン缶 かつお節 砂糖 醤油 みりん 酒 塩 酢 片栗粉 中華味 かつおだし	・牛乳 ・骨付きチキンのさっぱり煮	手羽元 砂糖 醤油 酢
13.27 (金)	・ごはん ・かれいのごま煮 ・チンゲン菜の中華和え ・みそ汁	米 かれい ごま チンゲン菜 人参 もやし ツナ缶 かぼちゃ いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ ごま油	・お茶 ・フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖
14.28 (土)	・ごはん ・ささみの甘酢炒め ・さつまいもの塩バター煮 ・みそ汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 ビーマン さつまいも 玉ねぎ 小松菜 砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉 ケチャップ バター かつおだし みそ 油	・牛乳 ・わかめおにぎり	米 混ぜ込みわかめ
17 (火)	・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 ねぎ じゃがいも ツナ缶 チンゲン菜 コーン缶 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 ・スイートポテト	さつまいも 黒ゴマ 砂糖 バター

- ・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)、マカロニ(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	567kcal / 570kcal
タンパク質	22g / 19~30g
カルシウム	220mg / 258 mg
塩分	1.4g / 1.5g未満