


令和7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<br>(土)   | ・牛乳<br>・塩せんべい    | ・ごはん<br>・豚肉の玉ねぎソース<br>・マカロニサラダ<br>・みそ汁      | 米 豚もも 玉ねぎ マカロニ<br>ツナ缶 人参 コーン缶 ねぎ<br>わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩<br>酢 マヨドレ かつおだし みそ<br>ごま油 油                | ・牛乳<br>・蒸しさつまいも                  | さつまいも                          |
| 3<br>(月)<br>    | ・牛乳<br>・バナナ      | ・鬼そぼろ丼<br>・さつまいもの甘煮<br>・みそ汁                 | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>ビーマン レーズン さつまいも<br>しめじ 油揚げ 砂糖 醤油 みりん<br>酒 塩 かつおだし みそ 油                          | ・牛乳<br>・いわし<br>・ばりんこ             | いわし 塩 ばりんこ                     |
| 4.18<br>(火)  | ・牛乳<br>・塩せんべい    | ・ごはん<br>・ハンバーグ<br>・きゅうりとしらすのサラダ<br>・みそ汁     | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>きゅうり しらす キャベツ<br>もやし ねぎ 砂糖 塩 酢 片栗粉<br>牛乳 ケチャップ ウスターソース<br>かつおだし みそ 油            | ・お茶<br>・フルーツヨーグルト                | ヨーグルト 黄桃缶<br>パン缶 砂糖            |
| 5.19<br>(水)  | ・牛乳<br>・みかん      | ・カレーライス<br>・キャベツとツナのマヨサラダ                   | 米 豚もも 玉ねぎ 人参<br>じゃがいも にんにく<br>トマトピューレ キャベツ ツナ缶<br>砂糖 みりん 塩 片栗粉 牛乳<br>マヨドレ ウスターソース コンソメ<br>カレー粉 油 | ・牛乳<br>・きな粉クッキー                  | きな粉 HM 豆乳<br>砂糖 油              |
| 6.20<br>(木)  | ・牛乳<br>・人参せんべい   | ・ごはん<br>・かれいのごま煮<br>・チンゲン菜の中華和え<br>・みそ汁     | 米 かれい ごま チンゲン菜 人参<br>もやし ツナ缶 南瓜 いんげん<br>砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし<br>みそ ごま油                              | ・牛乳<br>・さつまいもパンケーキ               | さつまいも HM<br>牛乳                 |
| 7.21<br>(金)  | ・お茶<br>・チーズ      | ・ごはん<br>・豚肉と玉ねぎの炒め物<br>・高野豆腐の煮物<br>・すまし汁    | 米 豚もも 玉ねぎ ビーマン<br>高野豆腐 大根 人参 ねぎ<br>木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒<br>塩 かつおだし 油                                 | ・牛乳<br>・フライドポテト                  | じゃがいも 塩 油                      |
| 8.22<br>(土)  | ・牛乳<br>・米粉クッキー   | ・ごはん<br>・ささみの甘酢炒め<br>・南瓜サラダ<br>・コンソメスープ     | 米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参<br>ビーマン 南瓜 じゃがいも わかめ<br>砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉<br>マヨドレ ケチャップ コンソメ<br>油                    | ・牛乳<br>・しょうゆコーンおにぎり              | 米 コーン缶<br>砂糖 醤油                |
| 10<br>(月)  | ・牛乳<br>・マスカットゼリー | ・ごはん<br>・鮭の竜田揚げ<br>・ささみと白菜のさっぱり和え<br>・中華スープ | 米 鮭 鶏ささみ 白菜 人参<br>かつお節 チンゲン菜 コーン缶<br>砂糖 醤油 みりん 酒 塩 酢<br>片栗粉 中華味 かつおだし                            | ・牛乳<br>・大学芋                      | さつまいも 砂糖<br>醤油 みりん 油           |
| 12.26<br>(水)   | ・牛乳<br>・人参せんべい   | ・ごはん<br>・肉じゃが<br>・小松菜としらすの和え物<br>・みそ汁       | 米 豚もも じゃがいも 玉ねぎ<br>人参 小松菜 しらす 木綿豆腐<br>しめじ 砂糖 醤油 みりん 酒<br>かつおだし みそ 油                              | ・牛乳<br>・鮭おにぎり                    | 米 鮭缶 ねぎ ごま<br>醤油 酒             |
| 13.27<br>(木)   | ・お茶<br>・チーズ      | ・ひじきごはん<br>・鶏肉のみそ焼き<br>・大根の信田煮<br>・すまし汁     | 米 ひじき 人参 鶏もも 大根<br>油揚げ グリンピース ねぎ<br>いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒<br>塩 かつおだし みそ ごま油 油                         | ・牛乳<br>・ラスク                      | 米粉パン 砂糖 バター                    |
| 14<br>(金)<br> | ・お茶<br>・ヨーグルト    | ・ごはん<br>・回鍋肉風<br>・じゃがいもとツナの炒め煮<br>・すまし汁     | 米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ<br>ビーマン じゃがいも ツナ缶<br>わかめ 大根 砂糖 醤油 みりん<br>塩 中華味 かつおだし みそ<br>ごま油 油               | ・牛乳<br>・ココアスコーン<br>(いちご、生クリーム添え) | HM 純ココア いちご<br>生クリーム 牛乳<br>バター |
| 17<br>(月)  | ・牛乳<br>・バナナ      | ・そぼろ丼<br>・さつまいもの甘煮<br>・みそ汁                  | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>ビーマン さつまいも しめじ<br>油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩<br>かつおだし みそ 油                               | ・牛乳<br>・骨付きチキンのさっぱり煮             | 手羽元 砂糖<br>醤油 酢                 |
| 25<br>(火)  | ・牛乳<br>・ばりんこ     | ・ナポリタン<br>・ブロッコリーとツナのサラダ<br>・ミルクスープ         | スパゲッティ 豚ひき肉 玉ねぎ<br>ブロッコリー ツナ缶 人参<br>キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢<br>片栗粉 牛乳 ケチャップ<br>ウスターソース バター コンソメ<br>油      | ・牛乳<br>・コーンマヨチーズトースト             | 米粉パン コーン缶<br>チーズ マヨドレ          |
| 28<br>(金)  | ・お茶<br>・ヨーグルト    | ・ごはん<br>・回鍋肉風<br>・じゃがいもとツナの炒め煮<br>・すまし汁     | 米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ<br>ビーマン じゃがいも ツナ缶<br>わかめ 大根 砂糖 醤油 みりん<br>塩 中華味 かつおだし みそ<br>ごま油 油               | ・牛乳<br>・ココアスコーン                  | HM 純ココア<br>牛乳 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         | 452kcal / 440kcal |
| タンパク質         | 17g / 14~21g      |
| カルシウム         | 208mg / 212mg     |


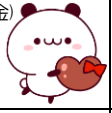
2月15日(土)は生活発表会のため、給食はありません。

|    |                  |
|----|------------------|
| 塩分 | 1.1mg / 1.4 mg未満 |
|----|------------------|

給食室

令和7年2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)                      |
|--------------|--|--|----------------------------------|--------------------------------|
| 1<br>(土)     | ・ごはん<br>・豚肉の玉ねぎソース<br>・マカロニサラダ<br>・みそ汁   | 米 豚もも 玉ねぎ マカロニ<br>ツナ缶 人参 コーン缶 ねぎ<br>わかめ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩<br>酢 マヨドレ かつおだし みそ<br>ごま油 油                | ・牛乳<br>・蒸しさつまいも                  | さつまいも                          |
| 3<br>(月)     | <br>・鬼そぼろ丼<br>・さつまいもの甘煮<br>・みそ汁                         | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>ピーマン レーズン さつまいも<br>しめじ 油揚げ 砂糖 醤油 みりん<br>酒 塩 かつおだし みそ 油                          | ・牛乳<br>・いわし<br>・ばりんこ             | いわし 塩 ばりんこ                     |
| 4.18<br>(火)  | ・ごはん<br>・ハンバーグ<br>・きゅうりとしらすのサラダ<br>・みそ汁  | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>きゅうり しらす キャベツ<br>もやし ねぎ 砂糖 塩 酢 片栗粉<br>牛乳 ケチャップ ウスターソース<br>かつおだし みそ 油            | ・お茶<br>・フルーツヨーグルト                | ヨーグルト 黄桃缶<br>パイン缶 砂糖           |
| 5.19<br>(水)  | ・カレーライス<br>・キャベツとツナのマヨサラダ  | 米 豚もも 玉ねぎ 人参<br>じゃがいも にんにく<br>トマトピューレ キャベツ ツナ缶<br>砂糖 みりん 塩 片栗粉 牛乳<br>マヨドレ ウスターソース コンソメ<br>カレー粉 油 | ・牛乳<br>・きな粉クッキー                  | きな粉 HM 豆乳<br>砂糖 油              |
| 6.20<br>(木)  | ・ごはん<br>・かれいのごま煮<br>・チンゲン菜の中華和え<br>・みそ汁  | 米 かれい ごま チンゲン菜 人参<br>もやし ツナ缶 南瓜 いんげん<br>砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし<br>みそ ごま油                              | ・牛乳<br>・さつまいもパンケーキ               | さつまいも HM<br>牛乳                 |
| 7.21<br>(金)  | ・ごはん<br>・豚肉と玉ねぎの炒め物<br>・高野豆腐の煮物<br>・すまし汁   | 米 豚もも 玉ねぎ ピーマン<br>高野豆腐 大根 人参 ねぎ<br>木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 酒<br>塩 かつおだし 油                                 | ・牛乳<br>・フライドポテト                  | じゃがいも 塩 油                      |
| 8.22<br>(土)  | ・ごはん<br>・ささみの甘酢炒め<br>・南瓜サラダ<br>・コンソメスープ  | 米 鶏ささみ 玉ねぎ 人参<br>ピーマン 南瓜 じゃがいも わかめ<br>砂糖 醤油 酒 塩 酢 片栗粉<br>マヨドレ ケチャップ コンソメ<br>油                    | ・牛乳<br>・しょうゆコーンおにぎり              | 米 コーン缶<br>砂糖 醤油                |
| 10<br>(月)    | ・ごはん<br>・鮭の竜田揚げ<br>・ささみと白菜のさっぱり和え<br>・中華スープ  | 米 鮭 鶏ささみ 白菜 人参<br>かつお節 チンゲン菜 コーン缶<br>砂糖 醤油 みりん 酒 塩 酢<br>片栗粉 中華味 かつおだし                            | ・牛乳<br>・大学芋                      | さつまいも 砂糖<br>醤油 みりん 油           |
| 12.26<br>(水) | ・ごはん<br>・肉じゃが<br>・小松菜としらすの和え物<br>・みそ汁  | 米 豚もも じゃがいも 玉ねぎ<br>人参 小松菜 しらす 木綿豆腐<br>しめじ 砂糖 醤油 みりん 酒<br>かつおだし みそ 油                              | ・牛乳<br>・鮭おにぎり                    | 米 鮭缶 ねぎ ごま<br>醤油 酒             |
| 13.27<br>(木) | ・ひじきごはん<br>・鶏肉のみそ焼き<br>・大根の信田煮<br>・すまし汁  | 米 ひじき 人参 鶏もも 大根<br>油揚げ グリンピース ねぎ<br>いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒<br>塩 かつおだし みそ ごま油 油                         | ・牛乳<br>・ラスク                      | 米粉パン 砂糖<br>バター                 |
| 14<br>(金)    | <br>・ごはん<br>・回鍋肉風<br>・じゃがいもとツナの炒め煮<br>・すまし汁<br>・ヨーグルト | 米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ<br>ピーマン じゃがいも ツナ缶<br>わかめ 大根 砂糖 醤油 みりん<br>塩 中華味 かつおだし みそ<br>ごま油 油               | ・牛乳<br>・ココアスコーン<br>(いちご、生クリーム添え) | HM 純ココア<br>いちご 生クリーム<br>牛乳 バター |
| 17<br>(月)    | ・そぼろ丼<br>・さつまいもの甘煮<br>・みそ汁   | 米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参<br>ピーマン さつまいも しめじ<br>油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 塩<br>かつおだし みそ 油                               | ・牛乳<br>・骨付きチキンのさっぱり煮             | 手羽元 砂糖<br>醤油 酢                 |
| 25<br>(火)    | ・ナポリタン<br>・ブロッコリーとツナのサラダ<br>・ミルクスープ  | スパゲッティ 豚ひき肉 玉ねぎ<br>ブロッコリー ツナ缶 人参<br>キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢<br>片栗粉 牛乳 ケチャップ<br>ウスターソース バター コンソメ<br>油      | ・牛乳<br>・コーンマヨチーズトースト             | 米粉パン コーン缶<br>チーズ マヨドレ          |
| 28<br>(金)    | ・ごはん<br>・回鍋肉風<br>・じゃがいもとツナの炒め煮<br>・すまし汁<br>・ヨーグルト  | 米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ<br>ピーマン じゃがいも ツナ缶<br>わかめ 大根 砂糖 醤油 みりん<br>塩 中華味 かつおだし みそ<br>ごま油 油               | ・牛乳<br>・ココアスコーン                  | HM 純ココア<br>牛乳 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         | 581kcal / 570kcal |
| タンパク質         | 21g / 19～30g      |
| カルシウム         | 235mg / 258 mg    |
| 塩分            | 1.3g / 1.5g未満     |

2月15日(土)は生活発表会のため、給食はありません。