

令和7年 3月 予定献立表

幼児食(0.1.2歳児用)

摂津ボ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 (土)	・牛乳 ・人参せんべい	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏もも 生姜 じゃがいも ブロッコリー 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 ・昆布とおかかのおにぎり	米 塩昆布 かつお節 こま
3 (月)	・牛乳 ・塩せんべい	・ちらし寿司 ・大根と豚肉の煮物 ・すまし汁	米 人参 油揚げ きぬさや コーン缶 のり 大根 豚もも ねぎ わかめ えのき 砂糖 醤油 塩 酢 かつおだし 油	・牛乳 ・いちごムース	いちご 米粉 砂糖 レモン汁 牛乳 寒天
4.18 (火)	・牛乳 ・ぱりんこ	・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 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 ・チキンライスおにぎり	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ 油
5.19 (水)	・お茶 ・ヨーグルト	・ごはん ・鶏の唐揚げ ・小松菜と人参の納豆和え ・みそ汁	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 ・じゃこマヨチーズトースト	米粉パン じゃこ チーズ マヨドレ
6 (木)	・お茶 ・チーズ	・おかか混ぜごはん ・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 ・おからクッキー	HM 豆乳 おから 砂糖 油
7.21 (金)	・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 じゃがいも にんにく トマト缶 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 ・フライドポテト	じゃがいも 塩 油
8.22 (土)	・牛乳 ・米粉クッキー	・ごはん ・豚肉とキャベツのごまみそ炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚もも キャベツ 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 ごま油 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
10.24 (月)	・牛乳 ・マスカットゼリー	・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 油揚げ 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	・牛乳 ・バナナパンケーキ	HN バナナ 木綿豆腐 牛乳 油
11.25 (火)	・牛乳 ・塩せんべい	・ナポリタン ・ブロッコリーとツナのサラダ ・ミルクスープ	スパゲッティ 豚ミンチ 玉ねぎ ブロッコリー ツナ缶 人参 キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢 片栗粉 ウスターソース バター コンソメ 油	・牛乳 ・カラメルポテト	さつまいも 砂糖 バター 油
12.26 (水)	・お茶 ・チーズ	・中華うま丼 ・チンゲン菜の中華和え ・中華スープ	米 豚もも 白菜 人参 ねぎ チンゲン菜 もやし ツナ缶 キャベツ 砂糖 醤油 酒 塩 片栗粉 中華味 ごま油	・牛乳 ・うどん	うどん チンゲン菜 油揚げ 醤油 みりん かつおだし
13.27 (木)	・お茶 ・ヨーグルト	・ごはん ・回鍋肉風 ・じゃがいもとツナの炒め煮 ・すまし汁	米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン じゃがいも ツナ缶 わかめ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 塩 かつおだし みそ 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
14.28 (金)	・牛乳 ・オレンジ	・ごはん ・さけの竜田揚げ ・厚揚げとチンゲン菜の煮物 ・みそ汁	米 さけ 厚揚げ チンゲン菜 人参 わかめ 玉ねぎ 砂糖 醤油 みりん 酒 片栗粉 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ
17.31 (月)	・牛乳 ・塩せんべい	・ごはん ・かれいのごま煮 ・ごぼうと人参の金平 ・みそ汁	米 かれい ごま ごぼう 人参 豚もも 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・星たべよ ・チーズ	星たべよ チーズ

- ・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。

平均給与栄養量 / 目標量	
エネルギー	451kcal / 440kcal
タンパク質	17g / 14~21g
カルシウム	215mg / 212mg
塩分	1.2mg / 1.4 mg未満

給食室

令和7年 3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 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ みそ汁 	米 鶏もも 生姜 じゃがいも ブロッコリー 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	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 昆布とおかかのおにぎり 	米 塩昆布 かつお節 ごま
3 (月)	 <ul style="list-style-type: none"> ちらし寿司 大根と豚肉の煮物 すまし汁 	米 人参 油揚げ きぬさや コーン缶 のり 大根 豚もも ねぎ わかめ えのき 砂糖 醤油 塩 酢 かつおだし 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 いちごムース 	いちご 米粉 砂糖 レモン汁 牛乳 寒天
4.18 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 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 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	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 チキンライスおにぎり 	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ 油
5.19 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏の唐揚げ 小松菜と人参の納豆和え みそ汁 	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	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 じゃこマヨチーズトースト 	米粉パン じゃこ チーズ マヨドレ
6 (木)	<ul style="list-style-type: none"> おかか混ぜごはん 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	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 おからクッキー 	HM 豆乳 おから 砂糖 油
7.21 (金)	<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 オレンジ 	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも にんにく トマト缶 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"> 牛乳 フライドポテト 	じゃがいも 塩 油
8.22 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉とキャベツのごまみそ炒め 大根と揚げの煮物 すまし汁 	米 豚もも キャベツ 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 ごま油 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
10.24 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉のケチャップ炒め 南瓜サラダ みそ汁 マスカットゼリー 	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン 南瓜 しめじ 油揚げ 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	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 バナナパンケーキ 	HN バナナ 木綿豆腐 牛乳 油
11.25 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ナポリタン ブ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 ブロッコリー ツナ缶 人参 キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢 片栗粉 ウスターソース バター コンソメ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 カラメルポテト 	さつまいも 砂糖 バター 油
12.26 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 中華うま丼 チンゲン菜の中華和え 中華スープ 	米 豚もも 白菜 人参 ねぎ チンゲン菜 もやし ツナ缶 キャベツ 砂糖 醤油 酒 塩 片栗粉 中華味 ごま油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 うどん 	うどん チンゲン菜 油揚げ 醤油 みりん かつおだし
13.27 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 回鍋肉風 じゃがいもとツナの炒め煮 すまし汁 ヨーグルト 	米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン じゃがいも ツナ缶 わかめ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 塩 かつおだし みそ 油	<ul style="list-style-type: none"> 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
14.28 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さげの竜田揚げ 厚揚げとチンゲン菜の煮物 みそ汁 	米 さげ 厚揚げ チンゲン菜 人参 わかめ 玉ねぎ 砂糖 醤油 みりん 酒 片栗粉 かつおだし みそ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 肉みそおにぎり 	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ
17.31 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ごはん かれいのごま煮 ごぼうと人参の金平 みそ汁 	米 かれい ごま ごぼう 人参 豚もも 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ 油	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 星たべよ チーズ 	星たべよ チーズ

*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	575kcal / 570kcal
タンパク質	21g / 19~30g
カルシウム	249mg / 258 mg
塩分	1.4g / 1.5g未満

令和7年 3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)	印
1.15.29 (土)	・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・ポテトサラダ ・みそ汁	米 鶏もも 生姜 じゃがいも ブロッコリー 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 ・昆布とおかかのおにぎり	米 塩昆布 かつお節 ごま	
3 (月)	 ・ちらし寿司 ・大根と豚肉の煮物 ・すまし汁	米 人参 油揚げ きぬさや コーン缶 のり 大根 豚もも ねぎ わかめ えのき 砂糖 醤油 塩 酢 かつおだし 油	・牛乳 ・いちごムース	いちご 米粉 砂糖 レモン汁 牛乳 寒天	
4.18 (火)	・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 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 ・チキンライスおにぎり	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ 油	
5.19 (水)	・ごはん ・鶏の唐揚げ ・小松菜と人参の納豆和え ・みそ汁	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 ・じゃこマヨチーズトースト	米粉パン じゃこ チーズ マヨドレ	
6 (木)	・おかか混ぜごはん ・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 ・おからクッキー	HM 豆乳 おから 砂糖 油	
7.21 (金)	・カレーライス ・キャベツとツナのマヨサラダ ・オレンジ	米 豚もも 玉ねぎ 人参 じゃがいも にんにく トマト缶 キャベツ ツナ缶 砂糖 醤油 みりん 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 ・フライドポテト	じゃがいも 塩 油	
8.22 (土)	・ごはん ・豚肉とキャベツのごまみそ炒め ・大根と揚げの煮物 ・すまし汁	米 豚もも キャベツ 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 ごま油 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	
10.24 (月)	・ごはん ・豚肉のケチャップ炒め ・南瓜サラダ ・みそ汁 ・マスカットゼリー	米 豚もも 玉ねぎ ビーマン 南瓜 しめじ 油揚げ 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	・牛乳 ・バナナパンケーキ	HN バナナ 木綿豆腐 牛乳 油	
11.25 (火)	・ナポリタン ・ブ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 ブロッコリー ツナ缶 人参 キャベツ 砂糖 醤油 塩 酢 片栗粉 ウスターソース バター コンソメ 油	・牛乳 ・カラメルポテト	さつまいも 砂糖 バター 油	
12.26 (水)	・中華うま丼 ・チンゲン菜の中華和え ・中華スープ	米 豚もも 白菜 人参 ねぎ チンゲン菜 もやし ツナ缶 キャベツ 砂糖 醤油 酒 塩 片栗粉 中華味 ごま油	・牛乳 ・うどん	うどん チンゲン菜 油揚げ 醤油 みりん かつおだし	
13.27 (木)	・ごはん ・回鍋肉風 ・じゃがいもとツナの炒め煮 ・すまし汁 ・ヨーグルト	米 豚もも キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン じゃがいも ツナ缶 わかめ 木綿豆腐 砂糖 醤油 みりん 塩 かつおだし みそ 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	
14.28 (金)	・ごはん ・さけの竜田揚げ ・厚揚げとチンゲン菜の煮物 ・みそ汁	米 さけ 厚揚げ チンゲン菜 人参 わかめ 玉ねぎ 砂糖 醤油 みりん 酒 片栗粉 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・肉みそおにぎり	米 豚ひき肉 ねぎ みりん 酒 みそ	
17.31 (月)	・ごはん ・かれいのごま煮 ・ごぼうと人参の金平 ・みそ汁	米 かれい ごま ごぼう 人参 豚もも 南瓜 いんげん 砂糖 醤油 みりん 酒 かつおだし みそ 油	・牛乳 ・星たべよ ・チーズ	星たべよ チーズ	

- ・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)、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	575kcal / 570kcal
タンパク質	21g / 19~30g
カルシウム	249mg / 258 mg
塩分	1.4g / 1.5g未満

2月27日(木)までにご提出お願いいたします。