

幼 児 食 献 立 表

2024年02月

枚方市立保育所(一般)

日付	献立名	材料名	おやつ <small>(◎は1.2歳 10時おやつ)</small>	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 <small>()は1・2歳</small>
01 木	ごはん、鶏肉のすき焼き 風煮、じゃがいものみそ汁	牛乳(0g)、ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋)、米(50g)、鶏もも肉(25g)、つきこんにゃく(10g)、木綿豆腐(20g)、はくさい(40g)、たまねぎ(20g)、白ねぎ(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(4g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、うすあげ(3g)、じゃがいも(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、ほうれんそう(5g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、牛乳(150g)、たべっ子どうぶつバター味(1袋)、元気薄焼きせんべい(2枚×20袋)(1枚)	◎牛乳、◎ソフトな塩せん、牛乳、たべっ子動物バター味、元気薄焼きせんべい	518(472) 19.4(17.4) 16.2(15.6) 1.8(1.5)
02 金	鮭のまぜ寿司、魚のかば焼き、添え野菜、豆腐のすまし汁、みかん、(幼)みかん 1個	牛乳(0g)、むらさきいものおせんべい(0g)、米(45g)、紅鮭フレーク(10g)、ごま(1g)、さとう(3g)、米酢(5g)、食塩(0g)、いわしの開き(1枚)、カラスカレイ(0切)、しょうが(0g)、小麦粉(4g)、なたね油(4g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(3g)、みりん(1g)、料理酒(1g)、でんぷん(0g)、フロコリー(20g)、にんじん(10g)、食塩(0g)、木綿豆腐(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(6g)、えのきたけ(6g)、チンゲンサイ(5g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、みかん(1個)、牛乳(150g)、かぼちゃポーロ(1袋)、ねじりん棒(7g)、ごま入り味付きいりこ(1袋)	◎牛乳、◎むらさきいものおせんべい、牛乳、かぼちゃポーロ、ねじりん棒、ごま入り味付きいりこ3~5歳	565(487) 24.4(22.0) 18.8(14.2) 1.2(1.0)
03 土	ミートスパゲティ、豆腐のすまし汁	牛乳(0g)、おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、スパゲティ(50g)、豚ミンチ肉(30g)、たまねぎ(50g)、にんじん(7g)、無塩バター(3g)、トマトピューレ(デルタ) (20g)、トマトチップ(10g)、ウスターソース(2g)、さとう(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、木綿豆腐(20g)、じゃがいも(15g)、にんじん(5g)、チンゲンサイ(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、牛乳(150g)、メープルビスケット(1袋)、ソフトせんべい塩味(1袋)	◎牛乳、◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味、牛乳、メープルビスケット、ソフトせんべい塩味	522(469) 20.7(18.2) 19.1(17.6) 0.3(0.3)
05 月	ごはん、豚肉のあまから炒め、豆腐のみそ汁、焼きのり	牛乳(0g)、ポテトとほうれん草のおせんべい(0g)、米(50g)、豚もも肉(35g)、キャベツ(35g)、たまねぎ(15g)、にんじん(10g)、さとう(4g)、濃口しょうゆ(4g)、なたねサラダ油(1g)、木綿豆腐(20g)、うすあげ(3g)、たまねぎ(15g)、チンゲンサイ(6g)、にんじん(6g)、あおねぎ(3g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、焼きのり小袋(1袋)、牛乳(150g)、さつまいも(60g)、食塩(0g)、いよかん(0個)	◎牛乳、◎ポテトとほうれん草のおせんべい、牛乳、ふかし芋、いよかん	526(467) 21.4(18.8) 13.7(12.6) 1.8(1.5)
06 火	ごはん、鯖のみぞれ煮、煮豆、ほうとう汁	牛乳(0g)、元気あまからせん3g(0枚)、米(50g)、さば(1切)、だいこん(20g)、しょうが(0g)、料理酒(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、みりん(1g)、だいず(10g)、れんこん(3g)、にんじん(5g)、ごぼう(3g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(2g)、けずりぶし(0g)、干しうどん(5g)、さといも(15g)、はくさい(15g)、たまねぎ(8g)、にんじん(6g)、しめじ(6g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(2g)、みそ(8g)、牛乳(150g)、エースコイン(10g)、満月ボン 60g(10g)、りんご(40g)	◎牛乳、◎元気あまからせん、牛乳、エースコイン、満月ボン、りんご	577(514) 24.3(22.6) 17.4(16.9) 2.2(1.8)
07 水	ごはん、マーボー豆腐、わかめスープ、(幼)パイン缶 30g	牛乳(0g)、ミルクスティック(0g)、米(60g)、木綿豆腐(55g)、豚ミンチ肉(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、あおねぎ(3g)、干ししいたけ(1g)、しょうが(0g)、にんにく(0g)、とりがらスープ(2g)、なたねサラダ油(2g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、みそ(4g)、ごま油(0g)、でんぷん(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、糸かまぼこ(10g)、干しわかめ(0g)、たまねぎ(20g)、にんじん(6g)、えのきたけ(6g)、とりがらスープ(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、淡口しょうゆ(1g)、牛乳(150g)、小麦粉(25g)、レモン果汁(1g)、さとう(7g)、スキムミルク(3g)、レモン果汁(6g)、なたねサラダ油(3g)	◎牛乳、◎ミルクスティック、牛乳、レモン蒸しパン	618(521) 23.9(20.4) 18.7(17.8) 1.4(1.1)

08 木	ごはん、鰯のバター醤油焼き、白菜の炒め煮、さつまいものみそ汁、(幼)型抜きチーズ	牛乳(0g)、ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋)、米(50g)、とろあじ(1切)、料理酒(0g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(1g)、無塩バター(2g)、はくさい(35g)、にんじん(10g)、ちくわ(3g)、なたねサラダ油(0g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(2g)、うすあげ(3g)、さつまいも(20g)、たまねぎ(15g)、こまつな(6g)、にんじん(5g)、しめじ(5g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、牛乳(150g)、えびスナック(1袋)、はとむぎおこし(1個)、がんばれ野菜家族(0袋)、	◎牛乳、◎ソフトな塩せん、牛乳、えびスナック、はとむぎおこし(3~5歳)、がんばれ野菜(1~2歳)	518(452) 21.0(19.4) 16.0(15.4) 1.6(1.4)
09 金	パーカーパン、鶏のノルウェー風、キャベツのソテー、ポテトスープ	牛乳(0g)、むらさきいものおせんべい(0g)、パーカーパン(1個)、パーカーパン(0個)、鶏もも皮なし(50g)、しょうが(0g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、濃口しょうゆ(1g)、でんぷん(10g)、なたね油(4g)、トマツチャップ(4g)、ウターリス(2g)、さとう(1g)、キャベツ(30g)、にんじん(5g)、コーン(3g)、なたねサラダ油(0g)、食塩(0g)、濃口しょうゆ(0g)、ショルダーベーコン(7g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(20g)、にんじん(8g)、チンゲンサイ(6g)、とりがらスープ(3g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、淡口しょうゆ(1g)、牛乳(150g)、米(14g)、もち米(13g)、みそ(3g)、さとう(3g)、みりん(1g)、なたねサラダ油(2g)、	◎牛乳、◎むらさきいものおせんべい、牛乳、五平餅	586(484) 25.2(21.1) 19.0(16.3) 1.7(1.3)
10 土	かやくうどん、大根のそぼろ煮	牛乳(0g)、おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、干しうどん(55g)、鶏もも肉(25g)、たまねぎ(20g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、あおねぎ(3g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(3g)、淡口しょうゆ(4g)、濃口しょうゆ(2g)、みりん(2g)、豚ミンチ肉(15g)、だいこん(40g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、けずりぶし(1g)、でんぷん(1g)、牛乳(150g)、ミニ動物ビスケット(1個)、ひとくちしょうゆせん(1袋)、	◎牛乳、◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味、牛乳、ミニ動物ビスケット、ひとくちしょうゆせん	519(475) 20.9(18.7) 14.5(13.9) 1.2(1.0)
13 火	ごはん、キーマカレー、ビーフソテー、(幼)みかん缶 30g	牛乳(0g)、元気あまからせん3g(0枚)、米(60g)、豚ミンチ肉(30g)、にんにく(1g)、しょうが(1g)、たまねぎ(40g)、にんじん(20g)、トマホル缶(20g)、だいず(20g)、なたねサラダ油(1g)、とりがらスープ(2g)、カレー(3g)、コクと旨みのまろやかカレー(7g)、トマツチャップ(8g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、焼豚(6g)、ビーフ(7g)、ほうれんそう(12g)、キャベツ(20g)、にんじん(6g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、牛乳	◎牛乳、◎元気あまからせん、牛乳、さつまいもとりんこの重ね煮	651(566) 22.1(19.4) 17.7(15.8) 1.5(1.2)
14 水	ごはん、鮭のパン粉焼き、野菜ソテー、青大豆のクリームスープ、(幼)ハイ! チーズ	牛乳(0g)、ミルクスティック(0g)、米(50g)、秋鮭(1切)、食塩(0g)、こしょう(0g)、白ワイン(1g)、パン粉(2g)、なたねサラダ油(1g)、無塩バター(4g)、キャベツ(30g)、たまねぎ(10g)、にんじん(5g)、なたねサラダ油(1g)、食塩(0g)、濃口しょうゆ(1g)、花かつお(1g)、ショルダーベーコン(8g)、青大豆ペースト(20g)、じゃがいも(25g)、たまねぎ(20g)、にんじん(5g)、無塩バター(2g)、牛乳(30g)、生クリーム(2g)、とりがらスープ(3g)、	◎牛乳、◎ミルクスティック、牛乳、ココアケーキ	655(588) 28.2(26.1) 22.6(21.4) 1.2(0.9)
15 木	ごはん、関東煮、白菜のみそ汁、じゃこの佃煮	牛乳(0g)、ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋)、米(50g)、鶏もも肉(20g)、厚揚げ(20g)、ちくわ(3g)、板こんにゃく(10g)、だいこん(20g)、じゃがいも(30g)、にんじん(15g)、さやいんげん(3g)、さとう(2g)、濃口しょうゆ(3g)、けずりぶし(1g)、うすあげ(3g)、はくさい(20g)、たまねぎ(15g)、にんじん(5g)、干しわかめ(0g)、けずりぶし(3g)、みそ(8g)、ちりめんじゃこ(6g)、さとう(1g)、濃口しょうゆ(1g)、みりん(1g)、こま(1g)、	◎牛乳、◎ソフトな塩せん、牛乳、たべっ子動物バター味、元気薄焼きせんべい	542(491) 22.1(19.5) 16.8(16.0) 2.4(1.9)
16 金	牛ごぼうごはん、ほっけの塩焼き、うの花炒り煮、さつまいものみそ汁	牛乳(0g)、むらさきいものおせんべい(0g)、米(45g)、牛もも肉(15g)、ごぼう(3g)、にんじん(3g)、食塩(0g)、淡口しょうゆ(2g)、料理酒(2g)、みりん(4g)、だし昆布(0g)、なたねサラダ油(0g)、ほっけ(1切)、食塩(0g)、乾燥おから(3g)、ちくわ(3g)、つきこんにゃく(3g)、にんじん(3g)、干しいたけ(0g)、あおねぎ(2g)、なたねサラダ油(0g)、さとう(1g)、淡口しょうゆ(2g)、みりん(1g)、けずりぶし(0g)、うすあげ(3g)、さつまいも(25g)、た	◎牛乳、◎むらさきいものおせんべい、アシドミルクプラス、ミニ野菜スティック、さらさら昆のおせ	508(499) 22.4(22.9) 10.4(11.9) 1.7(1.4)
17 土	ミートスパゲティ、豆腐のすまし汁	牛乳(0g)、おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋)、スパゲティ(50g)、豚ミンチ肉(30g)、たまねぎ(50g)、にんじん(7g)、無塩バター(3g)、トマトピューレ(デルモテ) (20g)、トマツチャップ(10g)、ウターリス(2g)、さとう(2g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、木綿豆腐(20g)、じゃがいも(15g)、にんじん(5g)、チンゲンサイ(5g)、だし昆布(1g)、けずりぶし(2g)、淡口しょうゆ(2g)、食塩(0g)、牛乳(150g)、メープルビスケット(1袋)、ソフトせん	◎牛乳、◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味、牛乳、メープルビスケット、ソフトせんべい塩味	522(469) 20.7(18.2) 19.1(17.6) 0.3(0.3)

幼児食献立表

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は1.2歳 10時おやつ)	エネルギー たんぱく質 脂質・塩分 ()は1・2歳
19月	ごはん,お好みあげ,豆腐のすまし汁,焼きのり	牛乳(0g),/ポテトとほうれん草のおせんべい(0g),/米(50g),/さくらえび(20g),キャベツ(30g),白ねぎ(7g),たまご(5g),ごま(1g),小麦粉(10g),でんぷん(6g),食塩(0g),なたね油(5g),トンカツソース(4g),/木綿豆腐(20g),にんじん(10g),たまねぎ(10g),こまつな(5g),干しわかめ(0g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),だし昆布(1g),けずりぶし(2g),/焼きのり小袋(1袋),/牛乳(150g),/小麦粉(25g),A-キウパワダ-(1g),さとう(7g),スキムミルク(3g),ダイスチーズ(10g),ほうれんそう(3g),なたねサラダ油(3g),	◎牛乳,◎ポテトとほうれん草のおせんべい,牛乳,ポパイ蒸しパン	633(546) 22.4(19.4) 20.3(17.8) 1.2(1.0)
20火	ごはん,鯖のカレー煮,じゃがベーコン,大根のみそ汁	牛乳(0g),/元気あまからせん3g(0枚),/米(50g),/さば(1切),料理酒(0g),さとう(2g),濃口しょうゆ(3g),みりん(1g),純カレー粉(0g),/じゃがいも(40g),たまねぎ(10g),シヨルダーベーコン(5g),にんじん(5g),なたねサラダ油(1g),食塩(0g),/うすあげ(3g),だいこん(15g),はくさい(15g),たまねぎ(10g),にんじん(5g),あおねぎ(3g),けずりぶし(3g),みそ(8g),/牛乳(150g),/エースコイン(10g),/満月ボン 60g(10g),/りんご(40g),	◎牛乳,◎元気あまからせん,牛乳,エースコイン,満月ボン,りんご	555(498) 22.3(21.1) 17.6(17.0) 2.0(1.6)
21水	ごはん,マーボー豆腐,わかめスープ,(幼)パイン缶30g	牛乳(0g),/ミルクスティック(0g),/米(60g),/木綿豆腐(55g),豚ミンチ肉(20g),たまねぎ(15g),にんじん(5g),あおねぎ(3g),干しいたけ(1g),しょうが(0g),にんにく(0g),とりからスープ(2g),なたねサラダ油(2g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),みそ(4g),ごま油(0g),でんぷん(2g),食塩(0g),こしょう(0g),/糸かまぼこ(10g),干しわかめ(0g),たまねぎ(20g),にんじん(6g),えのきだけ(6g),とりからスープ(3g),食塩(0g),こしょう(0g),淡口しょうゆ(1g),/牛乳(150g),/ドッグパン(1個),ウインナーソーセージ(1本),キャベツ(20g),なたねサラダ油(1g),純カレー粉(0g),食塩(0g),トナリヤツ(4g),	◎牛乳,◎ミルクスティック,牛乳,ホットドック(ウインナー)	659(589) 27.3(24.4) 23.0(22.7) 2.2(1.9)
22木	ごはん,鱈のバター醤油焼き,白菜の炒め煮,さつまいものみそ汁,(幼)型抜きチーズ	牛乳(0g),/ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋),/米(50g),/とろあじ(1切),料理酒(0g),食塩(0g),こしょう(0g),濃口しょうゆ(1g),無塩バター(2g),/はくさい(35g),にんじん(10g),ちくわ(3g),なたねサラダ油(0g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),/うすあげ(3g),さつまいも(20g),たまねぎ(15g),こまつな(6g),にんじん(5g),しめじ(5g),けずりぶし(3g),みそ(8g),/牛乳(150g),/えびスナック(1袋),/はとむぎおこし(1個),/がんばれ野菜家族(0袋),	◎牛乳,◎ソフトな塩せん,牛乳,えびスナック,はとむぎおこし(3~5歳),がんばれ野菜(1~2歳)	518(455) 21.0(19.4) 16.0(15.7) 1.6(1.4)
24土	かやくうどん,大根のそぼろ煮	牛乳(0g),/おこめせん にんじん&かぼちゃ味(0袋),/干しうどん(55g),鶏もも肉(25g),たまねぎ(20g),にんじん(5g),干しわかめ(0g),あおねぎ(3g),だし昆布(1g),けずりぶし(3g),淡口しょうゆ(4g),濃口しょうゆ(2g),みりん(2g),/豚ミンチ肉(15g),だいこん(40g),にんじん(5g),なたねサラダ油(1g),さとう(2g),濃口しょうゆ(3g),けずりぶし(1g),でんぷん(1g),/牛乳(150g),/ミニ動物ビスケット(1個),/ひとくちしょうゆせん(1袋),	◎牛乳,◎おこめせん にんじん&かぼちゃ味,牛乳,ミニ動物ビスケット,ひとくちしょうゆせん	519(475) 20.9(18.7) 14.5(13.9) 1.2(1.0)
26月	ごはん,肉じゃが,豆腐のみそ汁,ひじきのふりかけ	牛乳(0g),/ポテトとほうれん草のおせんべい(0g),/米(50g),/豚もも肉(30g),じゃがいも(40g),たまねぎ(30g),にんじん(12g),糸こんにゃく(10g),なたねサラダ油(1g),さとう(2g),濃口しょうゆ(4g),/木綿豆腐(20g),たまねぎ(15g),はくさい(10g),にんじん(6g),しめじ(6g),あおねぎ(3g),けずりぶし(3g),みそ(8g),/芽ひじき(1g),ごま(0g),花かつお(1g),濃口しょうゆ(1g),さとう(1g),みりん(0g),/牛乳(150g),/小麦粉(13g),きなこ(2g),くろごま(1g),さとう(6g),なたねサラダ油(6g),食塩(0g),/みかん(1個),	◎牛乳,◎ポテトとほうれん草のおせんべい,牛乳,ちんすこう,みかん	604(530) 22.3(19.4) 18.9(16.7) 1.8(1.5)
27火	ごはん,ピピンバ風炒め物,卵とコーンのスープ	牛乳(0g),/元気あまからせん3g(0枚),/米(60g),/豚ミンチ肉(40g),しょうが(0g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),ごま油(1g),ほうれんそう(20g),にんじん(20g),もやし(20g),ごま(1g),さとう(2g),濃口しょうゆ(3g),/たまご(15g),たまねぎ(20g),北海道クリームコーン(15g),にんじん(5g),チンゲンサイ(8g),とりからスープ(3g),けずりぶし(2g),淡口しょうゆ(2g),食塩(0g),/牛乳(150g),/米粉(10g),きなこ(10g),さとう(8g),A-キウパワダ-(2g),なたねサラダ油(4g),牛乳(30g),	◎牛乳,◎元気あまからせん,牛乳,米粉ときな粉のマフィン	648(529) 26.5(22.3) 24.0(20.7) 1.3(1.0)
28水	パーカーパン,揚げ魚のレモン風味,キャベツのソテー,かぶのスープ	牛乳(0g),/ミルクスティック(0g),/パーカーパン(1個),パーカーパン(0個),/ホキ(1切),しょうが(1g),濃口しょうゆ(1g),料理酒(1g),でんぷん(5g),なたね油(5g),レモン果汁(3g),濃口しょうゆ(2g),さとう(2g),/キャベツ(25g),チンゲンサイ(10g),にんじん(7g),しめじ(5g),なたねサラダ油(1g),食塩(0g),こしょう(0g),/シヨルダーベーコン(7g),だいこん(15g),かぶ(15g),かぶ・葉(5g),たまねぎ(10g),にんじん(6g),とりからスープ(3g),食塩(0g),こしょう(0g),淡口しょうゆ(1g),/牛乳(150g),/スイートポリコーン(8g),/クラッカー(10g),/りんご(40g),	◎牛乳,◎ミルクスティック,牛乳,スイートポリコーン,全粒粉クラッカー,りんご	517(461) 21.6(20.0) 18.9(17.9) 1.6(1.3)
29木	ごはん,鶏の照焼き,ほうれん草のソテー,豆腐のみそ汁,(幼)ハイ!チーズ	牛乳(0g),/ソフトな塩せん 2枚×8袋(0袋),/米(50g),/鶏もも肉(1個),濃口しょうゆ(1g),なたねサラダ油(1g),さとう(1g),濃口しょうゆ(2g),みりん(1g),でんぷん(1g),/ほうれんそう(15g),キャベツ(20g),にんじん(5g),コーン(5g),なたねサラダ油(0g),食塩(0g),濃口しょうゆ(1g),/木綿豆腐(20g),だいこん(15g),たまねぎ(15g),こまつな(6g),にんじん(5g),けずりぶし(2g),みそ(8g),/牛乳(150g),/ミニ野菜スティック(1袋),/きらきら星のおせんべい 8g×4袋(1袋),	◎牛乳,◎ソフトな塩せん,牛乳,ミニ野菜スティック,きらきら星のおせんべい	520(484) 21.8(20.9) 17.5(17.3) 1.7(1.4)