

令和7年6月



幼児食献立表



枚方市立保育所

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
2月	ごはん 五目炒め 南瓜の味噌汁	米(60g)／豚もも肉(20),むきえび(20),たまねぎ(25),にんじん(10),キャベツ(25),ピーマン(3),濃口しょうゆ(1.5),食塩(0.3),こしょう,なたねサラダ油(1),とりがらスープ(2),でんぶ(1.5)／うすあげ(3),かぼちゃ(25),にんじん(6),たまねぎ(12),こまつな(6),けずりぶし(2.5),みそ(8)／小麦粉(20),ﾊﾞｰｷｬﾌﾞﾊﾟｰ(0.5),ダイスチーズ(10),さとう(7),スキムミルク(3),なたねサラダ油(3)	◎牛乳 ◎むらさきいもせんべい 牛乳 チーズ蒸しパン	602(494) 25.1(21.5) 16.7(15.5) 1.9(1.5)
3火	ごはん 親子煮 豆腐のみそ汁	米(60g)／たまご(35),鶏もも肉(20),たまねぎ(25),にんじん(5),あおねぎ(5),なたねサラダ油(1),さとう(2),濃口しょうゆ(2.5),けずりぶし(0.5)／木綿豆腐(20),たまねぎ(15),チンゲンサイ(6),にんじん(5),えのきたけ(5),みそ(8),けずりぶし(2.5)	◎牛乳 ◎胚芽スティック 牛乳 とうもろこしで作ったパフスナック塩味 畑のクラッカー,河内晩柑	531(452) 21.0(18.0) 16.5(15.8) 1.7(0.6)
4水	パーカーパン 魚のムニエル 洋風ひじき ポテトスープ	パーカーパン(1個)／ホキ(40),食塩(0.1),こしょう,小麦粉(4),無塩バター(2)／芽ひじき(1.5),にんじん(7),ピーマン(3),コーン(5),オリーブ油(0.5),食塩(0.1),こしょう,濃口しょうゆ(1),さとう(0.5)／ショルダーベーコン(7),じゃがいも(30),たまねぎ(15),キャベツ(10),にんじん(6),濃口しょうゆ(1),とりがらスープ(3),食塩(0.1),なたねサラダ油(0.3)／米(40),さとう(1.5),濃口しょうゆ(2),なたねサラダ油(1)	◎牛乳 ◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 焼きおにぎり	530(466) 22.7(21.1) 13.4(13.3) 1.7(1.4)
5木	ごはん ボークカレー ツナとキャベツのソテー	米(60g)／豚もも肉(20),たまねぎ(40),にんじん(15),じゃがいも(40),にんにく(0.5),しょうが(0.5),なたねサラダ油(2),コクと旨みのまろやかカレー(7),ｶｰﾎﾙ(3),ﾄﾏﾂﾁｬｯﾌﾟ(3),ｶﾞﾀｰｽ(1),食塩(0.1),こしょう／ツナ(10),キャベツ(35),たまねぎ(12),にんじん(5),なたねサラダ油(0.3),食塩(0.1),こしょう,エッグケアーマヨネーズ(10)	◎牛乳 ◎花花せんべい 牛乳 きなこ餅 えびスナック	623(567) 18.9(17.7) 22.9(19.9) 1.6(1.4)
6金	炊き込みごはん 鮭の塩焼き 煮豆 豆腐のみそ汁	米(45g),鶏もも肉(15),にんじん(5),しめじ(5),干しいたけ(0.2),食塩(0.2),濃口しょうゆ(2),料理酒(0.5),だし昆布(0.2)／秋鮭(40),食塩(0.2)／だいず(15),にんじん(10),れんこん(3),ごぼう(3),さとう(1.5),濃口しょうゆ(2),けずりぶし(0.3)／木綿豆腐(20),さつまいも(15),たまねぎ(10),チンゲンサイ(6),にんじん(5),けずりぶし(2),みそ(8)／ｷｬﾁｬﾌﾟ(25),スキムミルク(3),さとう(3),ごま(1),なたね油(4)	◎牛乳 ◎おからスナック かぼちゃ味 牛乳 おとし揚げ	562(527) 27.9(26.5) 16.6(16.8) 2.0(1.7)
7土	肉うどん チャンプル	干しうどん(55g),豚もも肉(30),さとう(1),濃口しょうゆ(1),みりん(0.3),たまねぎ(20),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2.5),濃口しょうゆ(4),濃口しょうゆ(2),みりん(2)／木綿豆腐(35),ツナ缶(10),たまねぎ(20),チンゲンサイ(10),にんじん(5),ごま油(1.5),さとう(1),濃口しょうゆ(2),料理酒(1),食塩(0.1),こしょう	◎牛乳 ◎元気ソースせん 牛乳 元気水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	519(469) 23.2(20.3) 16.8(15.8) 1.0(0.8)
9月	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁	米(50g)／豚もも肉(35),キャベツ(25),じゃがいも(20),たまねぎ(15),にんじん(10),さとう(3),濃口しょうゆ(3),なたねサラダ油(1)／木綿豆腐(20),たまねぎ(15),にんじん(6),こまつな(6),干しわかめ(0.2),けずりぶし(2.5),みそ(8)／食パン(0.5枚),無塩バター(2),ウインナーソーセージ(6),たまねぎ(10),ピーマン(3),なたねサラダ油(1),食塩(0.1),こしょう,ﾄﾏﾂﾁｬｯﾌﾟ(5),ｶﾞﾀｰｽ(1),さとう(0.3),とろけるチーズ(10)	◎牛乳 ◎むらさきいもせんべい 牛乳 ピザトースト	603(543) 25.2(22.7) 20.9(19.2) 2.2(1.8)
10火	ごはん 鯖のごま味噌焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	米(50g)／さば(40),みそ(4),濃口しょうゆ(0.5),みりん(1),料理酒(0.5),さとう(1),ごま(1)／糸かまぼこ(10),キャベツ(20),こまつな(15),にんじん(5),さとう(0.2),濃口しょうゆ(1.5),けずりぶし(0.3)／木綿豆腐(20),たまねぎ(15),にんじん(5),しめじ(5),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),濃口しょうゆ(2),食塩(0.2)／ｷｬﾁｬﾌﾟ(25),ココア(1),無糖ヨーグルト(8),スキムミルク(3),さとう(3),無塩バター(4),粉砂糖(1)	◎牛乳 ◎胚芽スティック 牛乳 ココアケーキ	562(529) 23.7(22.9) 19.0(19.6) 1.5(1.2)
11水	ごはん 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	米(50g)／鶏もも皮なし(35),たまねぎ(30),じゃがいも(35),にんじん(12),さやいんげん(3),なたねサラダ油(0.5),ﾄﾏﾂﾁｬｯﾌﾟ(20),ﾄﾏﾂﾁｬｯﾌﾟ(3),赤ワイン(0.5),さとう(1),とりがらスープ(1.5),食塩(0.1)／ショルダーベーコン(10),じゃがいも(30),たまねぎ(20),にんじん(6),スッキーニ(5),濃口しょうゆ(1),とりがらスープ(3),食塩(0.1),オリーブ油(0.3)	◎牛乳 ◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 ねじりん棒 エースコイン,河内晩柑	518(466) 21.1(18.8) 13.6(13.5) 0.7(0.5)
12木	ごはん 鯖の漬焼き なすとピーマンのそぼろ煮 じゃがいものみそ汁	米(50g)／さくら(40),料理酒(0.2),さとう(1),濃口しょうゆ(2),みりん(1)／豚ミンチ肉(10),なす(20),ピーマン(5),にんじん(5),なたねサラダ油(0.5),さとう(1),濃口しょうゆ(2),でんぶ(1)／うすあげ(3),じゃがいも(25),たまねぎ(10),にんじん(6),こまつな(5),けずりぶし(2.5),みそ(8)	◎牛乳 ◎花花せんべい 牛乳 たべっこベイビーおやさい さかなの学校	505(489) 22.2(21.8) 15.1(15.4) 1.8(1.6)
13金	ごはん 鶏の香り揚げ キャベツの甘酢炒め 豆腐のすまし汁	米(50g)／鶏もも皮なし(50),食塩(0.1),こしょう,しょうが(0.2),濃口しょうゆ(1),みりん(0.5),あおのり(0.1),でんぶ(5),なたね油(4)／キャベツ(30),にんじん(6),なたねサラダ油(0.2),ごま(1),米酢(2),さとう(1),食塩(0.1),濃口しょうゆ(0.5)／木綿豆腐(20),たまねぎ(12),にんじん(5),えのきたけ(5),干しわかめ(0.2),あおねぎ(3),だし昆布(0.5),けずりぶし(2),濃口しょうゆ(2),食塩(0.2)／パイン缶(10),みかん缶(30),もも缶(20)	◎牛乳 ◎おからスナック かぼちゃ味 ソフト元気ヨーグルト フルーツミックス まあるいクラッカーミニ	505(493) 34.1(33.5) 13.1(14.9) 1.0(0.9)
14土	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	スパゲティ(50g),ウインナーソーセージ(16),たまねぎ(30),キャベツ(20),にんじん(5),えのきたけ(5),なたねサラダ油(2),食塩(0.1),こしょう,濃口しょうゆ(6)／木綿豆腐(20),うすあげ(5),じゃがいも(20),こまつな(7),にんじん(5),干しわかめ(0.2),けずりぶし(2.5),みそ(8)	◎牛乳 ◎元気ソースせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	545(495) 21.4(19.1) 18.3(16.7) 2.3(1.9)
16月	ごはん チャプチェ 卵とわかめのスープ	米(50g)／豚もも肉(30),しょうが(0.5),料理酒(1),たまねぎ(20),にんじん(6),たけのこ(水煮)(10),ピーマン(4),にら(3),春雨(6),ごま(1),なたねサラダ油(1),さとう(1.5),濃口しょうゆ(3),食塩(0.1),ごま油(0.5)／たまご(15),干しわかめ(0.3),たまねぎ(20),にんじん(5),チンゲンサイ(5),えのきたけ(3),とりがらスープ(3),食塩(0.1),こしょう,濃口しょうゆ(1)	◎牛乳 ◎むらさきいもせんべい 牛乳,全粒粉クラッカー とうもろこしで作ったパフスナック塩味 甘夏缶	513(451) 19.4(17.5) 15.9(14.9) 1.1(0.9)
17火	ごはん 肉じゃが 豆腐のみそ汁 じゃこの佃煮	米(50g)／豚もも肉(25),じゃがいも(40),たまねぎ(30),にんじん(12),糸こんにゃく(10),さやいんげん(3),なたねサラダ油(0.5),さとう(2),濃口しょうゆ(3.5)／木綿豆腐(20),うすあげ(3),たまねぎ(15),にんじん(6),こまつな(6),あおねぎ(3),けずりぶし(2.5),みそ(8)／ちりめんじゃこ(6),さとう(0.5),濃口しょうゆ(1),みりん(1),ごま(0.5)／ウインナーソーセージ(20),小麦粉(0.5),ｷｬﾁｬﾌﾟ(10),スキムミルク(2),なたね油(4)	◎牛乳 ◎胚芽スティック 牛乳 アメリカンドッグ	565(542) 24.9(23.1) 20.9(21.7) 2.5(2.1)

令和7年6月



幼児食献立表



枚方市立保育所

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
18 水	パーカーパン 鮭のマヨ風味焼き 野菜ソテー ミネストローネスープ	パーカーパン(1個)／秋鮭(40)、食塩(0.1)、こしょう、なたねサラダ油(0.2)、たまごを使っていないマヨネーズタイプ(6)／キャベツ(25)、チンゲンサイ(10)、にんじん(5)、なたねサラダ油(0.5)、食塩(0.1)、こしょう、濃口しょうゆ(0.3)／ショルダーベーコン(10)、じゃがいも(30)、たまねぎ(20)、キャベツ(10)、にんじん(6)、にんにく(0.2)、トマト缶(30)、とりがらスープ(4)、赤ワイン(0.5)、食塩(0.2)、オリーブ油(0.3)、さとう(2)、うすくしょうゆ(0.5)／小麦粉(20)、あおねぎ(10)、花かつお(1)、なたねサラダ油(1.5)、トンカツソース(5)、けずりぶし(1)	◎牛乳 ◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 ねぎ焼き	522(464) 26.0(24.2) 18.1(17.3) 1.8(1.4)
19 木	ごはん キーマカレー ピーマンソテー	米(60g)／豚ミンチ肉(30)、にんにく(0.5)、しょうが(0.5)、たまねぎ(40)、にんじん(20)、トマト缶(20)、だいず(20)、なたねサラダ油(0.5)、とりがらスープ(2)、カレー粉(3)、コクと旨みのまるやかカレー(7)、トマトチャップ(8)、食塩(0.1)、こしょう／焼豚(6)、ピーマン(7)、キャベツ(30)、にんじん(7)、ピーマン(5)、なたねサラダ油(0.5)、食塩(0.1)、こしょう	◎牛乳 ◎花花せんべい 牛乳 きなこ餅 えびスナック	619(544) 22.2(19.7) 20.5(19.4) 1.6(1.5)
20 金	ごはん ほっけの焼魚 ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁	米(50g)／ほっけ(50)、食塩(0.2)／芽ひじき(2)、うすあげ(3)、にんじん(5)、ごぼう(3)、なたねサラダ油(0.5)、さとう(1.5)、濃口しょうゆ(2)、けずりぶし(0.3)／木綿豆腐(20)、さつまいも(15)、たまねぎ(10)、チンゲンサイ(6)、にんじん(5)、けずりぶし(2)、みそ(8)	◎牛乳 ◎おからスナック かぼちゃ味 アシドミルク ぼたぼた焼き アンパンマンのひとくちビスケット	551(563) 20.3(21.5) 12.5(15.3) 2.1(1.9)
21 土	肉うどん チャンプル	干しうどん(55g)、豚もも肉(30)、さとう(1)、濃口しょうゆ(1)、みりん(0.3)、たまねぎ(20)、あおねぎ(3)、だし昆布(0.5)、けずりぶし(2.5)、淡口しょうゆ(4)、濃口しょうゆ(2)、みりん(2)／木綿豆腐(35)、ツナ缶(10)、たまねぎ(20)、チンゲンサイ(10)、にんじん(5)、ごま油(1.5)、さとう(1)、淡口しょうゆ(2)、料理酒(1)、食塩(0.1)、こしょう	◎牛乳 ◎元気ソースせん 牛乳 元気水族館のなかまたち ソフトせんべい塩味	519(469) 23.2(20.3) 16.8(15.8) 1.0(0.8)
23 月	ごはん 豚肉のあまから炒め 豆腐のみそ汁 ツナのふりかけ	米(50g)／豚もも肉(35)、キャベツ(25)、じゃがいも(20)、たまねぎ(15)、にんじん(10)、さとう(3)、濃口しょうゆ(3)、なたねサラダ油(1)／木綿豆腐(20)、たまねぎ(15)、にんじん(6)、こまつな(6)、干しわかめ(0.2)、けずりぶし(2.5)、みそ(8)／ツナ(10)、しょうが(0.2)、ごま油(0.5)、さとう(0.5)、みりん(1)、濃口しょうゆ(0.3)、料理酒(0.5)／小麦粉(15)、黒砂糖(6)、なたねサラダ油(6)、食塩(0.1)	◎牛乳 ◎むらさきいもせんべい 牛乳 黒糖ちんすこう 国産いよかんゼリー	588(510) 23.0(20.4) 18.3(16.1) 1.8(1.5)
24 火	ごはん 鯖のみそ煮 小松菜の煮浸し 豆腐のすまし汁	米(50g)／さば(40)、しょうが(0.3)、みそ(4)、さとう(2)、みりん(1)、料理酒(0.5)／うすあげ(3)、キャベツ(20)、こまつな(15)、にんじん(5)、さとう(0.2)、濃口しょうゆ(1.5)、けずりぶし(0.3)／木綿豆腐(20)、たまねぎ(15)、にんじん(5)、しめじ(5)、干しわかめ(0.2)、だし昆布(0.5)、けずりぶし(2)、淡口しょうゆ(2)、食塩(0.2)	◎牛乳 ◎胚芽スティック 牛乳 満月ボン、豆乳クッキー メロン	524(475) 21.7(21.0) 18.0(17.9) 1.4(1.1)
25 水	ごはん 鶏の照焼き キャベツのじゃこ炒め じゃがいものみそ汁	米(50g)／鶏もも肉(50)、濃口しょうゆ(0.5)、料理酒(0.5)、なたねサラダ油(0.5)、さとう(1)、濃口しょうゆ(2)、みりん(1)、でんぶ(1)／キャベツ(20)、チンゲンサイ(10)、にんじん(5)、ちりめんじゃこ(3)、なたねサラダ油(0.3)、濃口しょうゆ(1)／うすあげ(3)、じゃがいも(25)、たまねぎ(10)、にんじん(5)、あおねぎ(3)、けずりぶし(2)、みそ(8)／おからミックス(25)、えだまめ(10)、無糖ヨーグルト(8)、スキムミルク(4)、無塩バター(5)、さとう(2)	◎牛乳 ◎ふわふわチップにんじん味 牛乳 枝豆ケーキ	601(548) 25.0(23.6) 21.3(21.1) 2.1(1.7)
26 木	ごはん 揚げ魚の甘酢あん 豆腐のすまし汁	米(50g)／ホキ(40)、食塩(0.1)、でんぶ(7)、なたね油(5)、たまねぎ(15)、にんじん(12)、ピーマン(5)、干ししいたけ(0.3)、濃口しょうゆ(2)、さとう(2)、米酢(1)、でんぶ(0.5)／木綿豆腐(20)、ながいも(15)、たまねぎ(10)、にんじん(5)、えのきたけ(5)、あおねぎ(3)、だし昆布(0.5)、けずりぶし(2)、淡口しょうゆ(2)、食塩(0.2)	◎牛乳 ◎花花せんべい 牛乳 たべっこベイベーおやさい さかなの学校	500(479) 18.9(18.9) 14.1(13.9) 0.9(0.9)
27 金	ドッグパン ボークケチャップ 豆のクリームスープ	ドッグパン(1個)／豚もも肉(35)、たまねぎ(30)、にんじん(10)、しめじ(5)、ピーマン(3)、トマトチャップ(6)、カキソース(2)、さとう(1)、濃口しょうゆ(0.5)、なたねサラダ油(0.5)／ショルダーベーコン(7)、白いんげん豆ペースト(20)、たまねぎ(35)、じゃがいも(20)、にんじん(5)、無塩バター(1.5)、食塩(0.1)、こしょう、とりがらスープ(4)、牛乳(20)、スキムミルク(3)、生クリーム(1.5)	◎牛乳 ◎おからスナック かぼちゃ味 牛乳 ねじりん棒 エースコイン、バナナ	597(512) 25.6(22.1) 20.0(18.8) 1.0(0.8)
28 土	和風スパゲティ 豆腐のみそ汁	スパゲティ(50g)、ウインナーソーセージ(16)、たまねぎ(30)、キャベツ(20)、にんじん(5)、えのきたけ(5)、なたねサラダ油(2)、食塩(0.1)、こしょう、濃口しょうゆ(6)／木綿豆腐(20)、うすあげ(5)、じゃがいも(20)、こまつな(7)、にんじん(5)、干しわかめ(0.2)、けずりぶし(2.5)、みそ(8)	◎牛乳 ◎元気ソースせん 牛乳 ミニ動物ビスケット 1才からのサッポロポテト	545(495) 21.4(19.1) 18.3(16.7) 2.3(1.9)
30 月	ごはん ジャージャン豆腐 和風春雨スープ	米(50g)／豚もも肉(20)、冷凍厚揚げ(25)、キャベツ(25)、たまねぎ(20)、にんじん(6)、干ししいたけ(0.5)、さんどまめ(3)、なたねサラダ油(1)、しょうが(0.5)、みそ(3)、とりがらスープ(2)、さとう(0.5)、料理酒(0.5)、濃口しょうゆ(2)、でんぶ(1)、ごま油(0.3)／春雨(2)、糸かまぼこ(10)、たまねぎ(15)、にんじん(7)、こまつな(5)、だし昆布(0.5)、けずりぶし(2)、淡口しょうゆ(2)、食塩(0.2)／おからミックス(25)、さとう(3)、無塩バター(5)、無糖ヨーグルト(6)、マーマレード(10)	◎牛乳 ◎むらさきいもせんべい 牛乳 マーマレードスコーン	563(491) 20.0(17.9) 17.4(16.1) 1.4(1.1)

調理室の衛生～安全な給食のために～

- ◎手洗いは液体石けんを使用し、手指用アルコール液で消毒しています。配膳時は、手袋の着用を徹底しています。
- ◎献立は食中毒予防の観点から、加熱調理を基本にしています。
- ◎野菜、果物は、流水で十分に洗浄しています。
- ◎完成品は保存食として冷凍庫で二週間分保存しています。

・納品時の食材の品質管理



・手洗い、器具消毒等の徹底

・調理時の加熱の徹底
(温度の記録)

・職員の体調管理の記録

今月の栄養価(6月)

※材料の都合により、献立を変更することがあります

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
3才以上児	552	23.1	17.4	265	2.2	211	0.41	0.63	21	4.7	1.6
目標量	575	19~29	13~20	270	2.3	230	0.23	0.36	18	3.6	1.6以下
3才未満児	501	21.3	16.9	281	1.8	200	0.35	0.60	18	3.8	1.3
目標量	470	16~24	11~16	220	2	190	0.2	0.28	18	3.2	1.5以下

