

4月の予定献立表



※この献立表は、予定でありますので変更になる場合もあります。

日	曜日	未満児 10時おやつ	献立名(3歳未満児・3歳以上児)		血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群
			昼食	3時おやつ			
1	月	ハイハイ	ごはん 鶏肉の照焼き 小松菜と人参のおかか和え すまし汁(三つ葉、豆腐) いちご	ヨーグルト サラダせんべい	とりもも 削り節 豆腐 ヨーグルト	ハイハイ こめ 車糖 ん粉 塩せんべい	しょうが こまつな にんじん 糸みつば いちご
2	火	ビスケット	ごはん 炒り豆腐 コールスロー みそ汁(大根・油揚げ)	牛乳 りんごケーキ	豆腐 ぶたもも 全卵 油揚げ みみそ 生乳	ビスケット こめ 車糖 植 物油脂 プレミックス粉 バター ざらめ糖	にんじん たまねぎ グリンピース キャベツ だいこん りんご
3	水	こめ粉ロー ルかぼちゃ	ごはん 焼き塩鮭 切り干し大根煮(小松菜) みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) はっさく	牛乳 バナナ	しろさけ 油揚げ 米みそ 生乳	こめ粉ロールクッキー こ め 植物油脂 車糖	切干しだいこん にんじん こまつ な 日本かぼちゃ 根深ねぎ 生し いたけ はっさく バナナ
4	木	ベビー ダノン	ごはん カレーポーク(豆) かき菜のおかか和え トマト	ヤクルト ビスケット	ヨーグルト ぶたもも だ いず水煮缶詰 削り節 乳 酸菌飲料	こめ じゃがいも 植物油 脂 車糖 ビスケット	にんじん たまねぎ かき菜 トマ ト
5	金	ハイハイ	わかめご飯 牛乳 かき菜のおかか和え みそ汁(じゃがいも玉ねぎ) トマト	ジョアプレーン サラダせんべい	乾燥わかめ 生乳 削り節 米みそ ジョア	ハイハイ こめ 車糖 じゃがいも 塩せんべい	かき菜 たまねぎ トマト
6	土	こめ粉ロー ルクッキー	鮭ご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜のしょう油漬け みそ汁(もやし・油揚げ)	ぶどうとりんごJ 甘辛せんべい	鮭フレーク 生乳 油揚げ 湯通し塩蔵わかめ 米みそ	こめ粉ロールクッキー こ め 甘辛せんべい	こまつな キャベツ きゅうり ブ ラックマップモやし ぶどうとり んごのジュース
8	月	ハイハイ	そぼろご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(豆腐わかめねぎ) トマト	ジョアプレーン サラダせんべい	とりひき肉 生乳 豆腐 わ かめ 米みそ ジョア	ハイハイ こめ 植物油 脂 車糖 塩せんべい	さやえんどう キャベツ きゅうり 根深ねぎ トマト
9	火	ビスケット	ごはん めかじきの角煮 おかかブロッコリー みそ汁(玉葱・油揚げ) いよかん	ヨーグルト 甘辛せんべい	めかじき 削り節 油揚げ 米みそ ヨーグルト	ビスケット こめ 車糖 甘 辛せんべい	しょうが ブロッコリー たまねぎ にんじん いよかん
10	水	みかん缶5房	ごはん 鶏肉のからあげ おかかブロッコリー すまし汁(三つ葉、卵) トマト	牛乳 ふわふわ団子	とりもも[若鶏肉] 全卵 削り節 生乳 豆腐 きな粉	こめ でん粉 植物油脂 白 玉粉 黒砂糖	みかん 缶詰 しょうが にんにく ブロッコリー 糸みつば トマト
11	木	ベビーダ ノン	ごはん 筑前煮 きゃべつとわかめのサラダ すまし汁(ふ、えのき)	牛乳 フレンチトースト	ヨーグルト とりむね[若 鶏肉] 焼き竹輪 湯通し 塩蔵わかめ 生乳 全卵	こめ さといも しらたき 車糖 植物油脂 焼きふ でん粉 食パン バター	にんじん キャベツ きゅうり 糸 みつば えのきたけ
12	金	こめ粉ロー ルクッキー	ごはん ポークジンジャー きゅうりとツナの和え物 みそ汁(豆腐エノキ) いちご	牛乳 ふかしさつま芋	ぶたもも まぐろ 缶詰 豆 腐 わかめ 米みそ 生乳	こめ粉ロールクッキー こ め 車糖 さつまいも	たまねぎ 青ピーマン しょうが きゅうり えのきたけ 根深ねぎ いちご
13	土	ハイハイ	わかめご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜の塩もみ けんちん汁	ヤクルト 甘辛せんべい	乾燥わかめ 生乳 ぶたも も 豆腐 乳酸菌飲料	ハイハイ こめ さとい も 植物油脂 甘辛せんべ い	キャベツ きゅうり にんじん だ いこん ごぼう 根深ねぎ
15	月	ハイハイ	スパ(ナポリタン) あさり入り ヤクルト おかかブロッコリー コーンスープ はっさく	牛乳 焼きおにぎり	ぶたひき肉 ナチュラル チーズ あさり 缶詰 乳酸 菌飲料 削り節 生乳	ハイハイ マカロニ・ス パゲッティ 植物油脂 め し	にんじん たまねぎ ブロッコリー スイートコーン 缶詰 はっさく
16	火	ビスケット	ごはん 納豆(挽き割り) ポピュラー野菜炒め肉入り みそ汁(なめこ豆腐ねぎ)	牛乳 かぼちゃケーキ	納豆 ぶたロース 豆腐 米 みそ 生乳 全卵	ビスケット こめ 植物油 脂 プレミックス粉 車糖 バター ざらめ糖	にんじん キャベツ ブロッコリー 青ピーマン なめこ 根深ねぎ 日 本かぼちゃ
17	水	ベビーダ ノン	ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き 春雨と胡瓜の酢の物 すまし汁(三つ葉、ふ) いちご	牛乳 醤油団子	ヨーグルト メルルーサ 米みそ あおりのり 生乳 豆 腐	こめ マヨネーズ 普通は るさめ 植物油脂 焼きふ でん粉 白玉粉 車糖	にんじん きゅうり 糸みつば い ちご
18	木	こめ粉ロー ルクッキー	ごはん 鶏肉の照焼き 小松菜と人参のおかか和え みそ汁(豆腐わかめ) トマト	ヨーグルト サラダせんべい	とりもも[若鶏肉] 削り 節 豆腐 わかめ 米みそ ヨーグルト	こめ粉ロールクッキー こ め 車糖 塩せんべい	しょうが こまつな にんじん ト マト
19	金	こめ粉ロー ルかぼちゃ	たけのこご飯 生あげの煮付け きゃべつおかか すまし汁(ほうれん草、卵)	牛乳 クロワッサンハム	とりもも[若鶏肉] 油揚 げ 生揚げ 削り節 全卵 生乳 ハム	こめ粉ロールクッキー こ め 車糖 でん粉 クロワッ サン マヨネーズ	にんじん たけのこ かつおだし さやえんどう キャベツ ほうれん そう きゅうり
20	土	ハイハイ	鮭ご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜のしょう油漬け みそ汁(もやし・油揚げ)	ぶどうとりんごJ 甘辛せんべい	鮭フレーク 生乳 油揚げ 湯通し塩蔵わかめ 米みそ	ハイハイ こめ 甘辛せ んべい	こまつな キャベツ きゅうり ブ ラックマップモやし ぶどうとり んごのジュース
22	月	ビスケット	ごはん 肉入り金平牛蒡 小松菜とコーンのサラダ みそ汁(ふ・ねぎ) トマト	ジョアストパー サラダせんべい	ぶたロース さつま揚げ 米みそ ジョア	ビスケット こめ 車糖 植 物油脂 焼きふ 塩せんべ い	ごぼう にんじん こまつな ス イートコーン 缶詰 根深ねぎ え のきたけ トマト
23	火	みかん缶5房	ごはん 焼き鮭(醤油風味) 切り干し大根煮(小松菜) コンソメ(豆腐、わかめ) トマト	牛乳 ばななケーキ	しろさけ 油揚げ わかめ 豆腐 生乳 全卵 クリーム	こめ 植物油脂 車糖 プレ ミックス粉 粉糖	みかん 缶詰 しょうが 切干しだ いこん にんじん こまつな えの きたけ トマト バナナ レモン
24	水	こめ粉ロー ルクッキー	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー 中華風ニラ卵汁	牛乳 二色パン	豆腐 ぶたひき肉 米みそ ハム 全卵 生乳	こめ粉ロールクッキー こ め 車糖 植物油脂 でん粉 普通はるさめ 食パン マーガリン	根深ねぎ にんじん にんにく しょうが きゅうり いら いちご ジャム
25	木	ベビーダ ノン	ごはん コーン磯煮 小松菜のおかか和え みそ汁(玉葱・油揚げ)	牛乳 ふかしさつま芋	ヨーグルト ぶたもも 油 揚げ 削り節 米みそ 生乳	こめ 植物油脂 車糖 さつ まいも	スイートコーン 生しいたけ にん じん ひじき こまつな たまねぎ
26	金	ハイハイ	ごはん ししゃも焼き 青菜のチャンプルー豆腐 すまし汁(三つ葉、ふ)	完熟りんごJ ビスケット	ししゃも 豆腐 ぶたもも	ハイハイ こめ 植物油 脂 焼きふ でん粉 ビス ケット	こまつな にんじん ブッキーニ ブラックマップモやし 糸みつば りんごジュース
27	土	ビスケット	そぼろご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(豆腐わかめねぎ)	ヤクルト 甘辛せんべい	とりひき肉 生乳 豆腐 わ かめ 米みそ 乳酸菌飲料	ビスケット こめ 植物油 脂 車糖 甘辛せんべい	さやえんどう キャベツ きゅうり 根深ねぎ
30	火	こめ粉ロー ルクッキー	ごはん クリームシチュー きゅうりピクルス 小松菜のおかか和え	牛乳 わがり・チーズちくわ	ぶたもも 生乳 削り節 焼 き竹輪 プロセスチーズ	こめ粉ロールクッキー こ め じゃがいも 植物油脂 車糖	ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり こまつな

※ 1か月の平均栄養価は次の通りです。

3歳以上児	エネルギー： 503Kcal	たんぱく質： 21.1g	脂質： 15.0g	カルシウム： 292mg
3歳未満児	エネルギー： 434Kcal	たんぱく質： 17.8g	脂質： 12.6g	カルシウム： 259mg