

# 4月 給食献立表

令和6年

日	曜	午前	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	栄養量	未満児
1日	月	飲み物 お菓子	ツナピラフ 鶏肉のチーズパン焼き フレンチドレッシングサラダ トマト風味スープ オレンジ	牛乳 お花見クッキー	ツナ缶・鶏むね・粉チーズ 普通牛乳・牛乳	お菓子・米・調合油 薄力粉・パン粉・上白糖 じゃがいも・無塩バター かたかり・いちごジャム	たまねぎ・にんじん グリピース冷凍・キャベツ コーン冷凍・オレンジ	飲み物・コンソメ・食塩・水 パセリ・殺菌酢 トマトケチャップ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	540 20.2 18.2 192 1.2 1.5
2日	火	飲み物 お菓子	麻婆豆腐丼 大根のごま風味サラダ 春雨スープ (にんじん・いんげん) パイナップル缶	牛乳 レーズンスティックパン	木綿豆腐・豚ひき肉・みそ さき身・普通牛乳・スキムミルク 牛乳	お菓子・米・ごま油・上白糖 かたかり粉・すり白ごま 普通春雨・薄力粉 無塩バター	たまねぎ・カットわかめ・大根 にんじん・さやいんげん パインアップル缶詰・干しぶどう	飲み物・水・しょうゆ 殺菌酢・鶏ガラスープ顆粒 食塩・ペーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	515 20 16.9 275 2.2 1.4
3日	水	飲み物 お菓子	食パン 豚肉のトマト煮 マカロニサラダ スープ(たまねぎ・グリーンピース) カップヨーグルト	牛乳 わかめおにぎり	豚小間・ヨーグルト 普通牛乳	お菓子・食パン・薄力粉 調合油・上白糖・マカ マヨドレ・米・白ごま	たまねぎ・トマト水煮・にんじん きゅうり・グリピース冷凍 カットわかめ	飲み物・食塩 おろしにんにく・コンソメ トマトケチャップ・ウスターソース 水・料理酒・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	500 21.1 14.2 261 4.8 2.1
4日	木	飲み物 お菓子	ごはん 魚の照り焼き 納豆和え みそ汁(麩・大根) ピーチゼリー	牛乳 胡麻スティック	さくら・挽きわり納豆 かつお削り節・みそ 普通牛乳・調整豆乳	お菓子・米・上白糖 調合油・小町麩 ピーチゼリー・薄力粉 黒ごま	こまつな・にんじん・大根	飲み物・料理酒・しょうゆ みりん・だし ペーキングパウダー・食塩	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	447 19 14.1 197 2.3 1
5日	金	飲み物 お菓子	カレーライス キャベツとコーンのソテー スープ(チンゲンサイ・にんじん) オレンジ	牛乳 黒糖ミルク寒天	豚小間・スキムミルク 普通牛乳・牛乳	お菓子・米・じゃがいも 調合油・上白糖・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・キャベツ コーン冷凍・チンゲンサイ オレンジ・粉寒天	飲み物・水 カレーの王子様 トマトケチャップ・中濃ソース 食塩・コンソメ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	402 15.5 10.4 255 2.2 1.3
6日	土	飲み物 お菓子	ごはん 豚肉の味噌炒め 中華サラダ 厚揚げとわかめのスープ バナナ	牛乳 えだまめおにぎり	豚小間・みそ・厚揚げ 普通牛乳	お菓子・米・上白糖 調合油・ごま油・白ごま	キャベツ・大根・きゅうり にんじん・カットわかめ・バナナ えだまめ	飲み物・料理酒・しょうゆ しょうゆ・みりん・殺菌酢・水 鶏ガラスープ顆粒・食塩	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	511 20 14.7 223 2.2 1.5
8日	月	飲み物 お菓子	ごはん 豆腐と野菜のうま煮 中華風ツナポテトサラダ わかめスープ(たまねぎ) オレンジ	牛乳 かぼちゃスコーン	木綿豆腐・豚ひき肉 ツナ缶・普通牛乳 スキムミルク	お菓子・米・ごま油・上白糖 かたかり粉・じゃがいも 薄力粉・調合油	キャベツ・にんじん チンゲンサイ・カットわかめ たまねぎ・オレンジ・かぼちゃ	飲み物・水 鶏ガラスープ顆粒・しょうゆ 食塩・ペーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	496 17 19 232 1.7 1.3
9日	火	飲み物 お菓子	鶏塩うどん 野菜と竹輪のみそマヨ和え マスカットゼリー	牛乳 ひじきごはん	鶏もも・焼き竹輪・みそ 普通牛乳・高野豆腐	お菓子・干しうどん・ごま油 マヨレ・マスカットゼリー 米・上白糖	大根・にんじん・ねぎ ブロッコリー・ひじき グリピース冷凍	飲み物・だし・みりん・食塩 しょうゆ・みりん・殺菌酢・水 鶏ガラスープ顆粒・しょうゆ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	434 16.8 10.4 185 1.8 2.5
10日	水	飲み物 お菓子	豚マヨ照り焼き丼 にんじんのごま和え すまし汁(ほうれんそう・ねぎ) ヨーグルト(いちごジャム)	牛乳 マカロニポリタン	豚小間・ヨーグルト・スキムミルク 普通牛乳・鶏ひき肉	お菓子・米・薄力粉 調合油・マヨドレ・上白糖 すり白ごま・いちごジャム マカ	たまねぎ・にんじん 切干しいんげん・ほうれんそう ねぎ・ピーマン	飲み物・しょうゆ・みりん 料理酒・だし・食塩 トマトケチャップ・中濃ソース	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	463 19.3 14.5 233 1.7 0.9
11日	木	飲み物 お菓子	ごはん 魚のチャンチャン焼き こまつなのおひたし 三平汁風 バナナ	牛乳 豆腐ドーナツ	ます・みそ・かつお削り節 焼き竹輪・普通牛乳 絹ごし豆腐・きな粉	お菓子・米・調合油 上白糖・薄力粉	キャベツ・たまねぎ・にんじん こまつな・大根・バナナ	飲み物・食塩・料理酒 しょうゆ・みりん・だし ペーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	478 18.3 13.8 246 2.2 1.3
12日	金	飲み物 お菓子	ごはん 千草焼 ツナマヨひじき みそ汁(豆腐・大根) オレンジ	牛乳 キャベツたつぷり お好み焼き	豚・鶏ひき肉・ツナ缶 木綿豆腐・みそ・普通牛乳 豚小間・かつお削り節	お菓子・米・調合油 上白糖・マヨドレ・薄力粉	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ ひじき・チンゲンサイ・大根 オレンジ・キャベツ・青のり	飲み物・だし・しょうゆ みりん・食塩・中濃ソース	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	443 16.8 16.2 221 1.7 1.2
13日	土	飲み物 お菓子	そぼろ菜めし 高野豆腐の煮物 みそ汁(わかめ・たまねぎ) 青りんごゼリー	牛乳 ホットケーキ (ブルーベリージャム)	鶏ひき肉・高野豆腐・みそ 普通牛乳・牛乳	お菓子・米・調合油 上白糖・青りんごゼリー 薄力粉・ブルーベリージャム	こまつな・にんじん さやいんげん・カットわかめ たまねぎ	飲み物・しょうゆ・みりん しょうゆ・だし・料理酒 ペーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	421 17.5 13.4 256 2.9 1.2
15日	月	飲み物 お菓子	ごはん 鶏じゃが カラフルサラダ みそ汁(大根・油揚げ) オレンジ	牛乳 きな粉スノーボール	鶏もも・油揚げ・みそ 普通牛乳・きな粉	お菓子・米・じゃがいも 調合油・上白糖・薄力粉	にんじん・たまねぎ グリピース冷凍・キャベツ・トマト コーン冷凍・大根・オレンジ	飲み物・だし・しょうゆ 殺菌酢・食塩	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	483 16.1 17.1 180 1.5 1.1
24日	水	飲み物 お菓子	豚マヨ照り焼き丼 にんじんのごま和え すまし汁(ほうれんそう・ねぎ) ヨーグルト(いちごジャム)	牛乳 ジョア マカロニポリタン	豚小間・ヨーグルト・スキムミルク ジョアマスカット・鶏ひき肉	お菓子・米・薄力粉 調合油・マヨドレ・上白糖 すり白ごま・いちごジャム マカ	たまねぎ・にんじん 切干しいんげん・ほうれんそう ねぎ・ピーマン	飲み物・しょうゆ・みりん 料理酒・だし・食塩 トマトケチャップ・中濃ソース	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	439 18.7 11 268 6.1 0.9
30日	火	飲み物 お菓子	ごはん 鶏の香味焼き 切り干し納豆 すまし汁(キャベツ・麩) パイナップル缶	牛乳 かぼちゃプリン	鶏もも・挽きわり納豆 かつお削り節・普通牛乳 ゼラチン・牛乳	お菓子・米・薄力粉・ごま油 小町麩・上白糖・黒砂糖	切干しいんげん・ほうれんそう にんじん・キャベツ パインアップル缶詰・かぼちゃ	飲み物・しょうゆ おろしにんにく・食塩 料理酒・しょうゆ・だし・水	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	426 20.5 10.9 238 1.7 0.8

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅を試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。



4月 給食献立表

令和6年

日	曜	5～6ヶ月	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	(その他の食品)	7～8ヶ月	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	(その他の食品)	9～11ヶ月	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	(その他の食品)
1日	月	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	ささ身	米・じゃがいも・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 ★ホットケーキ	ささ身・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・調合油	にんじん・キャベツ	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
2日	火	10倍がゆ 豆腐のペースト 大根のペースト にんじんのペースト	絹ごし豆腐	米	大根・にんじん	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 大根の軟らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・大根	水・だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティック大根 ★蒸しパン	絹ごし豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	たまねぎ・にんじん・大根	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
3日	水	10倍がゆ 麩のペースト きゅうりのペースト たまねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	きゅうり・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 きゅうりの軟らか煮	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・きゅうり	水・だし	5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 スティックきゅうり ★おかががゆ	鶏ひき肉・かつお削り節	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・きゅうり	水・だし・しょうゆ
4日	木	10倍がゆ 白身魚のペースト こまつなのペースト 大根のペースト	たら	米・かたくり粉	こまつな・大根	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	大根・こまつな・にんじん	水・だし	5倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 スティックにんじん ★豆乳ホットケーキ	たら・調整豆乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	大根・こまつな・にんじん	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
5日	金	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト チンゲンサイのペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	チンゲンサイ	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 キャベツの軟らか煮	絹ごし豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	チンゲンサイ・キャベツ	水・だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 キャベツの軟らか煮 ★きな粉がゆ	絹ごし豆腐・きな粉	米・じゃがいも・かたくり粉	チンゲンサイ・キャベツ	水・だし・しょうゆ
6日	土	10倍がゆ 麩のペースト きゅうりのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	きゅうり・にんじん	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ きゅうりの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん・きゅうり	水・だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ スティックきゅうり ★おかががゆ	ささ身・かつお削り節	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん・きゅうり	水・だし・しょうゆ
8日	月	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト チンゲンサイのペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	チンゲンサイ	水・だし	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 じゃがいもの軟らか煮	鶏ひき肉	米・かたくり粉・じゃがいも	たまねぎ・チンゲンサイ	水・だし	5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 スティックじゃがいも ★野菜ホットケーキ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・じゃがいも 薄力粉・上白糖・調合油	たまねぎ・チンゲンサイ かぼちゃ	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
9日	火	10倍がゆ 麩のペースト 大根のペースト ブロッコリーのペースト		米・小町麩・かたくり粉	大根・ブロッコリー	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	大根・にんじん・ブロッコリー	水・だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 ★ひじき入りがゆ	ささ身	米・かたくり粉	大根・にんじん・ブロッコリー ひじき	水・だし・しょうゆ
10日	水	10倍がゆ 豆腐のペースト ほうれんそうのペースト にんじんのペースト	絹ごし豆腐	米	ほうれんそう・にんじん	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・かたくり粉	たまねぎ・ほうれんそう・にんじん	水・だし	5倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 スティックにんじん ★マカロニきな粉	高野豆腐・きな粉	米・かたくり粉・マカロニ 上白糖	たまねぎ・ほうれんそう・にんじん	水・だし・しょうゆ・食塩
11日	木	10倍がゆ 白身魚のペースト キャベツのペースト こまつなのペースト	たら	米・かたくり粉	キャベツ・こまつな	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 こまつなの軟らか煮	ます	米・かたくり粉	キャベツ・たまねぎ・こまつな	水・だし	5倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 こまつなの軟らか煮 ★豆乳蒸しパン	ます・調整豆乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	キャベツ・たまねぎ・こまつな	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
12日	金	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト たまねぎのペースト	絹ごし豆腐	米	にんじん・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 大根の軟らか煮	ツナ缶	米・かたくり粉	チンゲンサイ・たまねぎ・大根	水・だし	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 スティック大根 ★おかががゆ	ツナ缶・かつお削り節	米・かたくり粉	チンゲンサイ・たまねぎ・大根	水・だし・しょうゆ
13日	土	10倍がゆ 麩のペースト たまねぎのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・こまつな	水・だし	5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮 ★ホットケーキ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	たまねぎ・にんじん・こまつな	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
15日	月	10倍がゆ 豆腐のペースト トマトのペースト じゃがいものペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	トマト	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ トマトの軟らか煮	ささ身	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・トマト	水・だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ トマトの軟らか煮 ★豆乳ホットケーキ	ささ身・調整豆乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・調合油	たまねぎ・トマト	水・だし・しょうゆ ペーキングパウダー
30日	火	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト		米・小町麩・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 麩と野菜のとろ煮 キャベツの軟らか煮	米・小町麩・かたくり粉	にんじん・ほうれんそう・キャベツ	水・だし	5倍がゆ 麩と野菜のみそ煮 キャベツの軟らか煮 ★野菜入りがゆ	みそ	米・小町麩・かたくり粉	にんじん・ほうれんそう・キャベツ かぼちゃ	水・だし・しょうゆ	

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅を試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。

※都合により献立・食材を変更することがあります。

★は後期食午後おやつになります。