

4月予定献立表

幼保連携型認定こども園おおのだい

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名		午後 おやつ	材料と体内での働き		
			主食	副食		カや体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	月	やさいせん 牛乳	ごはん	豚肉の生姜焼き 大根とツナのドレッシング和え みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)	サブレ しょうゆせんべい 牛乳	米 油 砂糖	豚肉 みそ 牛乳 ツナ	生姜 玉ねぎ 大根 人参 きゅうり キャベツ
2	火	ビスケット 牛乳	ごはん	さばの味噌煮 もやしのごま和え すまし汁(豆腐・ねぎ)	☆プリン 牛乳	米 砂糖 ごま	さば みそ ハム 豆腐 牛乳 卵	生姜 もやし きゅうり 人参 ねぎ
3	水	塩せんべい 牛乳	バター ロール	ハンバーグ キャベツとパインのサラダ スープ(もやし・人参)	☆わかめご飯 麦茶	パン 片栗粉 砂糖 油 米	豚肉 豆乳 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり パイン もやし 人参 わかめ
4	木	クラッカー 牛乳	チキン カレー	グリーンサラダ フルーツ(バナナ)	クッキー うすやきせんべい 牛乳	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉 マヨネーズ	鶏肉 牛乳 ツナ	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン バナナ
5	金	しょうゆ せんべい 牛乳	ごはん	麻婆豆腐 ハンサンスープ 中華スープ	☆ミルクもち 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 はるさめ	豆腐 豚肉 牛乳 みそ 牛乳	人参 ねぎ ピーマン にんにく きゅうり わかめ コーン
6	土	クッキー 牛乳	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 キャベツの塩昆布和え みそ汁(ねぎ・もやし)	ビスケットサンド 揚げせんべい 牛乳	米 砂糖 油	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ピーマン キャベツ 昆布 ねぎ もやし
8	月	しょうゆ せんべい 牛乳	うどん	かじきの立田揚げ 甘酢あえ	☆ツナ昆布ご飯 麦茶	うどん 片栗粉 油 砂糖 米	かじき鮪 鶏肉 ツナ 牛乳	生姜 キャベツ 人参 大根 昆布
9	火	ビスケット 牛乳	ごはん	春巻 ほうれん草の磯香和え みそ汁(あげ・玉ねぎ)	☆シュガー スティックパイ 牛乳	米 砂糖 パイシート 春雨 春巻の皮	豚肉 みそ えび 油あげ 牛乳	ほうれん草 人参 玉ねぎ たけのこ しいたけ のり
10	水	せんべい 牛乳	黒糖パン	マカロニミートグラタン コールスロー スープ(えのき・コーン)	☆マドレーヌ 牛乳	パン マカロニ バター 油 小麦粉 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 粉チーズ ハム 牛乳 卵	玉ねぎ 人参 にんにく トマト キャベツ えのき草 コーン
11	木	えびせん 牛乳	ごはん	豆腐ナゲット お浸し(もやし・きゅうり) みそ汁(じゃが芋・わかめ)	しょうゆせんべい 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも	豆腐 鶏肉 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 わかめ
12	金	塩せんべい 牛乳	ごはん	鶏肉のみそマヨネーズ 干草和え すまし汁(はんぺん・三つ葉)	☆ココア蒸しパン 牛乳	米 マヨネーズ 砂糖 油 ごま ホットケーキの素	鶏肉 牛乳 かまぼこ 豆乳 はんぺん みそ	にんにく 生姜 キャベツ 人参 きゅうり 糸三葉
13	土	ボーロ 牛乳	ごはん	焼肉 わかめサラダ みそ汁(ふ・ねぎ)	カステラ ごませんべい 牛乳	米 油 砂糖 ふ 小麦粉	豚肉 みそ 牛乳 卵	生姜 にんにく 玉ねぎ ピーマン わかめ もやし 人参 ねぎ
15	月	うすやき せんべい 牛乳	ごはん	鮭の照り焼き ブロッコリーとツナの和風サラダ みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	コーンスナック せんべい 牛乳	米 油 砂糖	鮭 ツナ みそ 豆腐 牛乳	ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ
16	火	サブレ 麦茶	ポーク カレー	ひじきの炒り煮 グレープゼリー	☆ポップコーン のむヨーグルト	米 じゃがいも 油 バター 小麦粉 砂糖	豚肉 牛乳 油あげ のむヨーグルト	玉ねぎ 人参 ひじき グリーンピース 青のり
17	水	のりせんべい 麦茶	ごはん	豚肉とねぎの炒め煮 キャベツともやしのドレッシング和え みそ汁(ふ・わかめ)	☆ジャムサンド (いちご) 牛乳	米 油 砂糖 ふ パン いちごジャム	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ねぎ キャベツ もやし 人参 わかめ
18	木	ビスケット 牛乳	うどん	菜の花かき揚げ もやしと きゅうりのごま酢和え	ビスケット せんべい(塩味) 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 ごま	ウインナー ハム かまぼこ 牛乳	玉ねぎ 菜の花 コーン もやし きゅうり 人参 あさつき
19	金	やさいせん 牛乳	ごはん	ポークビーンズ キャベツとコーンのサラダ みそ汁(ふ・なめこ)	☆パウンドケーキ 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ふ バター ホットケーキの素	大豆 豚肉 みそ 牛乳 卵	玉ねぎ 人参 トマト キャベツ きゅうり コーン なめこ のり
20	土	パイ 牛乳	ごはん	鶏肉の甘辛煮 おかか和え(大根・人参) みそ汁(もやし・わかめ)	黒糖ロール 青のりせんべい 牛乳	米 油 砂糖 パン	鶏肉 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ ピーマン 大根 人参 きゅうり もやし わかめ
22	月	塩せんべい 牛乳	ごはん	肉野菜炒め じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(あげ・人参)	☆しらすトースト 牛乳	米 油 片栗粉 じゃがいも 砂糖 パン マヨネーズ	豚肉 鶏肉 みそ 油あげ 牛乳 しらす干し	キャベツ 玉ねぎ ピーマン 人参
23	火	クラッカー 牛乳	ごはん	白身魚のマヨネーズ焼き 大根ときゅうりの中華あえ みそ汁(ふ・チンゲン菜)	☆やきそば 麦茶	米 マヨネーズ 油 砂糖 ふ 蒸し中華そば	メルルーサ 豆乳 みそ 豚肉 牛乳	玉ねぎ 大根 きゅうり 人参 チンゲン菜 もやし キャベツ
24	水	しょうゆ せんべい 牛乳	食パン	カレーコロッケ ツナサラダ スープ(ねぎ・コーン)	コーンフレーク 牛乳	パン じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 砂糖	豚肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ねぎ コーン
25	木	クッキー 牛乳	ラーメン	鶏肉の照り焼き もやしとハムのナムル	☆おにぎり(鮭) 麦茶	中華麺 油 砂糖 ごま 米	鶏肉 ハム 豚肉 みそ 鮭 牛乳	もやし きゅうり 人参 ねぎ たら 生姜 にんにく のり
26	金	せんべい 牛乳	ごはん	豚肉と豆腐の甘辛煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁(大根・玉ねぎ)	クッキー おせんべい のむヨーグルト	米 油 砂糖	豚肉 豆腐 納豆 糸けつり みそ	玉ねぎ 人参 さやいんげん ほうれん草 大根
27	土	えびせん 牛乳	ごはん	鶏肉のマーマレード煮 キャベツとツナのサラダ スープ(玉ねぎ・人参)	スナックパン しょうゆせんべい 牛乳	米 マーマレード 油 砂糖 パン	鶏肉 ツナ 牛乳	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参
30	火 誕生会	しょうゆ せんべい 牛乳	コーン バター ごはん	鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ スープ(わかめ・えのき) 乳酸菌飲料	ケーキ 牛乳	米 バター 砂糖 片栗粉 油 スパゲティ マヨネーズ	鶏肉 ハム 牛乳	コーン 生姜 キャベツ 人参 きゅうり えのき草 わかめ

平均 乳児食(基準献立) エネルギー453kcal たんぱく質18.1g 脂質15.1g 食塩相当量1.5g ※献立変更により栄養価が変わることがあります
栄養価 幼児食(基準献立) エネルギー527kcal たんぱく質22.1g 脂質17.7g 食塩相当量1.8g

4月 離乳食 献立表

	曜日	主食		副食	材料
		中期	後期		
1	月	おかゆ	軟飯	とり肉の旨煮…………… とり肉 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… 大根 きゅうり みそ汁…………… 玉ねぎ キャベツ かつおだし みそ	
2	火	おかゆ	軟飯	煮魚…………… メルルーサ しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… 人参 きゅうり すまし汁…………… 豆腐 かつおだし しょう油	
3	水	おかゆ	軟飯	肉団子のケチャップ煮…… とり肉 玉ねぎ ケチャップ コンソメ 野菜の柔らか煮…………… キャベツ きゅうり スープ…………… 人参 コンソメ	
4	木	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 コンソメ 野菜の柔らか煮…………… キャベツ 人参 きゅうり すまし汁…………… キャベツ かつおだし しょう油	
5	金	おかゆ	軟飯	とり肉と豆腐の旨煮…… とり肉 豆腐 人参 ピーマン しょう油 砂糖 野菜と春雨の柔らか煮… 春雨 きゅうり 人参 スープ…………… わかめ コンソメ	
6	土	おかゆ	軟飯	とり肉のコンソメ煮…… とり肉 コンソメ 野菜の柔らか煮…………… キャベツ みそ汁…………… もやし かつおだし みそ	
8	月	煮込みうどん		煮魚…………… かじき しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… キャベツ 人参 フルーツ…………… みかん	
9	火	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 人参 コンソメ 野菜の柔らか煮…………… ほうれん草 人参 みそ汁…………… 玉ねぎ かつおだし みそ	
10	水	おかゆ	軟飯	肉団子の旨煮…………… とり肉 玉ねぎ 人参 しょう油 砂糖 野菜とマカロニの柔らか煮… マカロニ キャベツ 人参 スープ…………… キャベツ コンソメ	
11	木	おかゆ	軟飯	とり肉と豆腐の旨煮…… とり肉 豆腐 玉ねぎ しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… 人参 きゅうり みそ汁…………… じゃがいも わかめ かつおだし みそ	
12	金	おかゆ	軟飯	とり肉の旨煮…………… とり肉 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… キャベツ 人参 きゅうり すまし汁…………… 豆腐 かつおだし しょう油	
13	土	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 玉ねぎ ピーマン コンソメ 野菜の柔らか煮…………… もやし 人参 みそ汁…………… わかめ ふ かつおだし みそ	

	曜日	主食		副食	材料
		中期	後期		
15	月	おかゆ	軟飯	煮魚…………… 鮭 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… ブロッコリー 人参 きゅうり みそ汁…………… 豆腐 玉ねぎ かつおだし みそ	
16	火	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜の旨煮…………… とり肉 ジャガイモ 人参 玉ねぎ しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… 人参 すまし汁…………… わかめ しょう油 かつおだし	
17	水	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 玉ねぎ コンソメ 野菜の柔らか煮…………… キャベツ 人参 みそ汁…………… わかめ かつおだし みそ	
18	木	煮込みうどん		とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 玉ねぎ 人参 コンソメ 野菜の柔らか煮…………… きゅうり 人参 フルーツ…………… みかん	
19	金	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のケチャップ煮… とり肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参 ケチャップ コンソメ 野菜の柔らか煮…………… きゅうり キャベツ みそ汁…………… わかめ かつおだし みそ	
20	土	おかゆ	軟飯	とり肉の旨煮…………… とり肉 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… きゅうり 人参 大根 みそ汁…………… わかめ かつおだし みそ	
22	月	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 玉ねぎ キャベツ ピーマン コンソメ 野菜の柔らか煮…………… ジャがいも 人参 みそ汁…………… 人参 かつおだし みそ	
23	火	おかゆ	軟飯	煮魚…………… メルルーサ しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… きゅうり 人参 大根 みそ汁…………… チンゲン菜 かつおだし みそ	
24	水	おかゆ	軟飯	とり肉と野菜のコンソメ煮… とり肉 玉ねぎ ジャがいも コンソメ 野菜の柔らか煮…………… キャベツ 人参 きゅうり スープ…………… キャベツ コンソメ	
25	木	煮込みうどん		とり肉の旨煮…………… とり肉 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… きゅうり 人参 フルーツ…………… みかん	
26	金	おかゆ	軟飯	とり肉と豆腐の旨煮…………… とり肉 豆腐 玉ねぎ 人参 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… ほうれん草 人参 みそ汁…………… 大根 玉ねぎ かつおだし みそ	
27	土	おかゆ	軟飯	とり肉の旨煮…………… とり肉 しょう油 砂糖 野菜の柔らか煮…………… キャベツ きゅうり スープ…………… 玉ねぎ 人参 コンソメ	

	曜日	主食		副食	材料
		中期	後期		
30	火	おかゆ	軟飯	とり肉のコンソメ煮…………… とり肉 コンソメ 野菜とスパゲティの柔らか煮…… スパゲティ キャベツ 人参 きゅうり スープ…………… わかめ コンソメ	