

4月 予定献立表

2024年

日	曜日	午前おやつ (乳児)	献立名		午後おやつ (乳・幼児)	材料と体内での働き			
			主食	副食		熱や力になる食品(黄)	血・肉・骨になる食品(赤)	体調を整える食品(緑)	
1	月	マリービスケット 牛乳	五目うどん	鶏の照り焼き 和風サラダ	豆乳きな粉ビスケット 牛乳	うどん ごま油 砂糖 油 すりごま 小麦粉 バター 粉糖	豚肉 なたと 鶏肉 豆乳 きなこ 牛乳	にんじん ごぼう しめじ 長ねぎ キャベツ きゅうり	
2	火	アンパンマンの ソフトせんべい 麦茶	ごはん	味噌汁 豆腐入りミートローフ 小松菜のさっぱり和え	豆乳のふわふわ蒸しパン 牛乳	胚芽米 パン粉 砂糖 すりごま 油 ホットケーキミックス	みそ 木綿豆腐 豚ひき肉 鶏ひき肉 牛乳 スキムミルク 豆乳	だいこん もやし たまねぎ 小松菜 キャベツ にんじん	
3	水	かぼちゃポーロ 牛乳	ごはん	すまし汁 みかん カレイの西京焼き キャベツとコーンのサラダ	じゃがいものごまがらめ 牛乳	胚芽米 砂糖 油 じゃがいも すりごま	絹豆腐 カレイ みそ 牛乳	えのき 長ねぎ キャベツ きゅうり にんじん コーン みかん	
4	木	きなこせんべい 麦茶	ごはん	味噌汁 ポークチャップ ほうれん草と竹輪の和え物	和風スパゲティ 麦茶	胚芽米 じゃがいも 小麦粉 油 バター スパゲティ	みそ 豚肉 竹輪 ベーコン	えのき たまねぎ しめじ 赤パプリカ ほうれん草 にんじん ピーマン	
5	金	星たべよ 麦茶	ごはん	すまし汁 鶏肉と大根の煮込み 野菜炒め	フルーツ入り コーンフレーク 牛乳	胚芽米 油 砂糖 コーンフレーク	小玉鮭 鶏肉 厚揚げ 牛乳	かぶ かぶの葉 だいこん いんげん キャベツ たまねぎ にんじん パナナ みかん缶	
6	土	マンナビスケット 牛乳	ごはん	味噌汁 ほっけのボン酢焼き きゅうりとにんじんのきのこ和え	麸ラスク 牛乳	胚芽米 油 バター グラニュー糖	みそ ほっけ 焼き麩 牛乳	小松菜 たまねぎ きゅうり にんじん なめ茸	
8	月	ミロハート 麦茶	ごはん	味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 チンゲン菜ともやしの昆布和え	みかんのカップケーキ 牛乳	胚芽米 油 砂糖 ホットケーキミックス バター	油揚げ みそ 鶏肉 木綿豆腐 豆乳 牛乳	白菜 長ねぎ にんじん ごぼう だいこん いんげん もやし 塩昆布 チンゲン菜 みかん缶	
9	火	クラッカー 牛乳	にゅう麺	ほっけのごま照り焼き みかん	春色ごはん 麦茶	そうめん 砂糖 油 すりごま 胚芽米	なたと ほっけ 桜でんぶ	にんじん ほうれん草 みかん きぬさや	
10	水	星っこ 麦茶	ごはん	田舎汁 豚肉と野菜の炒め物 ひじきの煮物	マカロニミートソース 牛乳	胚芽米 油 砂糖 白ごま マカロニ	絹豆腐 みそ 豚肉 さつま揚げ 粉チーズ 豚ひき肉 牛乳	にんじん ごぼう 長ねぎ キャベツ たまねぎ いんげん ひじき	
11	木	アニマルビスケット 麦茶	ごはん	ポトフスープ 鶏肉のオーロラソース カラフルサラダ	ごまクッキー 牛乳	胚芽米 じゃがいも 砂糖 小麦粉 上新粉 バター ノンエッグマヨネーズ すりごま	ベーコン 鶏肉 牛乳	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ 黄パプリカ	
12	金	きなこせんべい 麦茶	ごはん	すまし汁 パナナ さわらの香味焼き 切り干し大根の煮物	いちご蒸しパン 牛乳	胚芽米 油 砂糖 小麦粉 ストロベリーソース	絹豆腐 さわら 油揚げ 高野豆腐 豆乳 牛乳	えのき 万能ねぎ 長ねぎ 切干大根 にんじん パナナ	
13	土	ソフトサラダせんべい 牛乳	ごはん	味噌汁 鶏肉のきじ焼き もやしの甘酢漬	マリービスケット オレンジ 牛乳	胚芽米 油 砂糖 すりごま マリービスケット	みそ 鶏肉 牛乳	だいこん にんじん もやし オレンジ	
15	月	アンパンマンの ソフトせんべい 麦茶	ソース 焼きそば	わかめスープ ささみ入りサラダ バナナ	さつま芋クッキー 牛乳	中華麺 油 上新粉 小麦粉 バター 砂糖 さつま芋	豚ひき肉 絹豆腐 鶏ささみ 牛乳	たまねぎ にんじん キャベツ もやし 青のり粉 わかめ えのき パナナ きゅうり	
16	火	かぼちゃポーロ 麦茶	ごはん	チキンカレー ひじきの五色サラダ オレンジ	いちごのババロア 牛乳	胚芽米 じゃがいも 油 ババロアの素 バター 小麦粉 砂糖 すりごま ストロベリーソース	鶏肉 牛乳 油揚げ スキムミルク 牛乳	たまねぎ にんじん ピーマン ひじき きゅうり もやし オレンジ	
17	水	きなこせんべい 牛乳	バターロール	コーンスープ カレイの香草パン粉焼き ツナサラダ	レタスチャーハン 麦茶	バターロール 片栗粉 パン粉 胚芽米 ごま油	カレイ ツナ缶 ベーコン 牛乳(乳児)	コーン コーンクリーム缶 にんじん パセリ粉 キャベツ もやし 長ねぎ レタス	
18	木	星たべよ 麦茶	ごはん	中華スープ 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ	ツナサンド 牛乳	胚芽米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 食パン ノンエッグマヨネーズ	豚ひき肉 みそ 絹豆腐 ツナ缶 牛乳	わかめ 長ねぎ えのき いら にんじん ブロッコリー	
19	金	マンナビスケット 麦茶	ごはん	すまし汁 さわらのとろろ昆布焼き 高野豆腐の煮物	あずきのうすまきパイ 牛乳	胚芽米 油 砂糖 パイシート こしあん	小玉鮭 さわら 高野豆腐 牛乳	小松菜 えのき とろろ昆布 にんじん だいこん	
20	土	クラッカー 麦茶	ごはん	味噌汁 豚肉の生姜炒め チンゲン菜ときゅうりのおかか和え	さつま芋蒸しパン 牛乳	胚芽米 砂糖 油 小麦粉 さつま芋	小玉鮭 みそ 豚肉 削り節 牛乳	だいこん たまねぎ チンゲン菜 きゅうり にんじん	
22	月	星っこ 牛乳	ごはん	味噌汁 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ	ミルクもち 麦茶	胚芽米 油 片栗粉 じゃがいも 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	小玉鮭 みそ 木綿豆腐 豚ひき肉 牛乳 きなこ	わかめ 長ねぎ たまねぎ きゅうり にんじん	
23	火	マリービスケット 麦茶	スパゲティ ナポリタン	ジュリアンスープ イタリアンサラダ バナナ	ケーキ(もち) 牛乳	スパゲティ 油 小麦粉 砂糖	ウインナー 粉チーズ 牛乳 生クリーム	たまねぎ ピーマン 白菜 えのき にんじん キャベツ きゅうり トマト バナナ 黄桃缶	
24	水	アニマルビスケット 牛乳	バターロール	野菜スープ 鮭のムニエルタルタルソース グリーンサラダ	チキンライス 麦茶	バターロール 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ 胚芽米 油	鮭 鶏ひき肉 牛乳(乳児)	小松菜 エリンギ にんじん たまねぎ きゅうり ブロッコリー	
25	木	ソフトサラダせんべい 麦茶	ごはん	のっぺい汁 オレンジ カレイのねぎ味噌焼き キャベツときゅうりの浅漬	ココアクッキー 牛乳	胚芽米 砂糖 油 上新粉 小麦粉 バター ココア粉	カレイ みそ 牛乳	だいこん にんじん しめじ 長ねぎ キャベツ きゅうり オレンジ	
26	金	ミロハート 麦茶	ごはん	味噌汁 鶏の唐揚げ 切干サラダ	きな粉サンド 牛乳	胚芽米 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ 白ごま 食パン	絹豆腐 みそ 鶏肉 きなこ 牛乳	なめこ 長ねぎ 切干大根 にんじん	
27	土	かぼちゃポーロ 麦茶	ごはん	すまし汁 ツブじゃが チンゲン菜のボン酢和え	ホットケーキ 牛乳	胚芽米 じゃがいも ホットケーキミックス	小玉鮭 ツナ缶 砂糖 牛乳	小松菜 にんじん たまねぎ もやし グリーンピース チンゲン菜	
30	火	星たべよ 牛乳	ごはん	すまし汁 肉団子の甘辛煮 さつま芋サラダ	カルピスヨーグルト 麦茶	胚芽米 砂糖 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ	肉団子 ヨーグルト カルピス 牛乳(乳児)	わかめ 万能ねぎ にんじん きゅうり みかん缶	
今月の平均 給与栄養量		乳児1~2歳児		エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	485キロカロリー 20.6グラム 16.8グラム 1.7グラム	幼児3~5歳児		エネルギー たんぱく質 脂 質 塩 分	546キロカロリー 23.9グラム 18.3グラム 1.9グラム

*仕入れの都合により一部献立が変更になる場合があります。
*昼食時は麦茶がつきます。

星の子白根保育園

