

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
1 日 月 15 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐入りのしどり おひたし きのこのすまし汁	やわらかごはん 豆腐入りのしどり おひたし きのこのすまし汁	ごはん 豆腐入りのしどり おひたし きのこのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・きなこがゆ	牛乳・豆乳蒸しパン
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・鰹節・米 パン粉・砂糖・青のり・ほうれん草・白菜 人参・しめじ・えのき・長ねぎ・わかめ	鶏肉・豆腐・味噌・鰹節・米・きなこ パン粉・砂糖・油・青のり・ほうれん草・白菜 人参・しめじ・えのき・長ねぎ・わかめ	鶏肉・豆腐・味噌・鰹節・牛乳・豆乳・米 パン粉・砂糖・H/M・油・青のり・ほうれん草・もやし 人参・しめじ・えのき・長ねぎ・わかめ
2 日 火 16 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		ビビンバかゆ 粉ふき芋 玉ねぎとえのきのみそ汁	ビビンバ 粉ふき芋 玉ねぎとえのきのみそ汁	ビビンバ 粉ふき芋 油揚げのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・きな粉トースト
	食材		豚肉・味噌・米・砂糖 じゃが芋 小松菜・人参・もやし・青のり・玉ねぎ・えのき・わかめ	豚肉・味噌・米・砂糖 油・じゃが芋・食パン 小松菜・人参・もやし・青のり・玉ねぎ・えのき・わかめ	豚肉・油揚げ・味噌・牛乳・きな粉・米・砂糖・りんご 油・ごま油・ごま・じゃが芋・食パン・マーガリン 小松菜・人参・もやし・青のり・玉ねぎ・えのき・わかめ
3 日 水 17 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 肉じゃが 野菜の和え物 コンソメスープ	やわらかごはん 肉じゃが 野菜の和え物 コンソメスープ	ごはん ボークカレー 野菜とハムの和え物 コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・米・じゃが芋 砂糖・人参・玉ねぎ もやし・きゅうり・キャベツ	豚肉・米・じゃが芋 油・砂糖・人参・玉ねぎ もやし・きゅうり・キャベツ	豚肉・ハム・牛乳・チーズ・米・じゃが芋 油・砂糖・ごま油・人参・玉ねぎ グチャップ・りんご・もやし・きゅうり・キャベツ
4 日 木 18 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鮭の照り焼き 豚肉と大豆の煮物 キャベツのみそ汁	やわらかごはん 鮭の照り焼き 豚肉と大豆の煮物 キャベツのみそ汁	ごはん 鮭の照り焼き カレー風味五目豆 キャベツのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・クラッカー・ジャムサンド
	食材		鮭・大豆・豚肉・味噌・米 砂糖・人参 キャベツ・水菜	鮭・大豆・豚肉・味噌・米 油・砂糖・人参・ごぼう キャベツ・水菜・豆腐	鮭・大豆・豚肉・味噌・牛乳・米 油・砂糖・人参・ごぼう キャベツ・水菜・いちごジャム
5 日 金 19 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉のみそ煮 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	やわらかごはん 鶏肉のみそ煮 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	ごはん チキンのみそマヨネーズ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・ツナがゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・味噌・高野豆腐・米 砂糖・ひじき・人参 大根・ほうれん草	鶏肉・味噌・高野豆腐・米 油・砂糖・ひじき・人参 大根・ほうれん草・ツナ	鶏肉・味噌・牛乳・高野豆腐・米 マヨネーズ・油・砂糖・ひじき・人参 大根・ほうれん草
6 日 土 20 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		肉うどん さつま芋煮	肉うどん さつま芋煮 バナナ	肉うどん さつま芋煮 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ	豚肉・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ バナナ	豚肉・牛乳・うどん・さつま芋・砂糖 大根・人参・小松菜・長ねぎ バナナ

日付 曜		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~15ヶ月
8日 月 22日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ みそ豚 キャベツのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	やわらかごはん みそ豚 マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	ごはん みそ豚 マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・豆腐・米 砂糖・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・わかめ	豚肉・味噌・豆腐・米・油・青のり マカロニ・砂糖・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・わかめ	豚肉・味噌・牛乳・豆腐・米・油 マカロニ・マヨネーズ・砂糖・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・わかめ
9日 火 23日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食		おかゆ 鶏肉の照り焼き ほうれん草のおひたし 具だくさんみそ汁	やわらかごはん 鶏肉の照り焼き ほうれん草のおひたし 具だくさんみそ汁	ごはん チキンカツ ほうれん草のごま和え 具だくさんみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	フルーチェ・おせんべい
	食材		鶏肉・豆腐・味噌 米・砂糖 ほうれん草・人参・もやし・大根・わかめ	鶏肉・豆腐・味噌 米・油・砂糖 ほうれん草・人参・もやし・大根・わかめ	鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳・チーズ 米・薄力粉・パン粉・油・ごま・砂糖 ほうれん草・人参・もやし・大根・わかめ
10日 水 24日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 魚の西京焼き 磯辺和え 豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん 魚の西京焼き 磯辺和え 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん 鱈の西京焼き 磯辺和え 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・わかめがゆ	牛乳・菓子
	食材		カレイ・味噌・豆腐・砂糖 キャベツ・ほうれん草・もやし・のり 水菜	カレイ・味噌・豆腐・砂糖 キャベツ・ほうれん草・もやし・のり 水菜・わかめ	鱈・味噌・豆腐・牛乳・米・砂糖・油 キャベツ・ほうれん草・もやし・のり 水菜
11日 木 26日 金	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食		けんちんうどん 豆腐と野菜のソテー	けんちんうどん 豆腐と野菜のソテー	けんちんうどん 擬製豆腐 ゼリー
	午後食		ミルク	お茶・鮭がゆ	牛乳・おにぎり
	食材		豚肉・豆腐・鶏肉 うどん・砂糖 米・人参・大根・ひじき・しいたけ	豚肉・豆腐・鶏肉 うどん・油・砂糖・鮭 米・人参・大根・ごぼう・ひじき・しいたけ	豚肉・油揚げ・豆腐・鶏肉・卵 ヨーグルト・牛乳・うどん・油・砂糖 米・人参・大根・ごぼう・ひじき・しいたけ
12日 金 30日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ 鶏むね肉のやみつきチキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	やわらかごはん 鶏むね肉のやみつきチキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	ごはん 鶏むね肉のやみつきチキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・おふ入りおじや	牛乳・おふらスク
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・米 砂糖・じゃが芋・麩 小松菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・米・油 砂糖・じゃが芋・麩 小松菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・米・油・ごま 砂糖・じゃが芋・麩・バター・ケチャップ 小松菜・人参・玉ねぎ・小ねぎ
13日 土 27日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		鶏そぼろかゆ かぼちゃ煮 大根とえのきのみそ汁	鶏そぼろ丼 かぼちゃ煮 大根とえのきのみそ汁	鶏そぼろ丼 かぼちゃ煮 大根とえのきのみそ汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・味噌・米 砂糖・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・えのき 大根	鶏肉・味噌・米 砂糖・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・えのき 大根・バナナ	鶏肉・味噌・油揚げ・牛乳・米 砂糖・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・えのき 大根・バナナ
25日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食		おかゆ ハンバーグ ツナサラダ じゃが芋のスープ	やわらかごはん ハンバーグ ツナサラダ じゃが芋のスープ	ごはん ハンバーグ ツナサラダ じゃが芋のポタージュ
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・ヨーグルトケーキ
	食材		豚肉・ツナ 米・パン粉・薄力粉・砂糖・じゃが芋・きゅうり 玉ねぎ・キャベツ・人参	豚肉・ツナ・青のり 米・パン粉・薄力粉・油・砂糖・じゃが芋・きゅうり 玉ねぎ・キャベツ・人参	豚肉・卵・ツナ・スキムミルク・牛乳・ヨーグルト 米・パン粉・薄力粉・油・砂糖・じゃが芋・きゅうり バター・玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・人参



	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日月 15日月	牛乳菓子	ごはん	豆腐入りのしどり おひたし きのこのすまし汁	牛乳 豆乳蒸しパン	とりにく ぎゅうにゅう とうふ とうにゅう みそ かつおぶし	こめ あぶら ばんこ さとう H/M	あおのり しめじ ほうれんそう えのき もやし ながねぎ にんじん わかめ	459kcal たんぱく質 脂質: 16.2g 食塩: 1.3g
2日火 16日火	牛乳菓子	ピピンバ	粉ふき芋 油揚げのみそ汁	牛乳 きな粉トースト	ぶたにく きなこ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう じゃがいも あぶら しょうぼん ごまあぶら まーがりん	りんご あおのり こまつな たまねぎ にんじん えのき もやし わかめ	523kcal たんぱく質 脂質: 20.0g 食塩: 1.8g
3日水 17日水	牛乳 チーズ	ごはん	ポークカレー 野菜とハムの和え物 コンソメスープ	牛乳 菓子	ぶたにく はむ ぎゅうにゅう ちーず	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	にんじん もやし たまねぎ きゅうり けちやつぶ きゃべつ りんご	501kcal たんぱく質 脂質: 19.3g 食塩: 2.2g
4日木 18日木	牛乳菓子	ごはん	鮭の照り焼き カレー風味五目豆 キャベツのみそ汁	牛乳 クラッカージャムサンド	さけ ぎゅうにゅう だいす ぶたにく みそ	こめ あぶら しらたき さとう	にんじん いちごじゃむ ごぼう きゃべつ みすな	464kcal たんぱく質 脂質: 15.7g 食塩: 1.6g
5日金 19日金	牛乳菓子	ごはん	チキンのみそマヨネーズ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	牛乳 菓子	とりにく みそ ぎゅうにゅう こうゆどうふ	こめ まよねーず あぶら さとう	ひじき にんじん だいこん ほうれんそう	454kcal たんぱく質 脂質: 17.2g 食塩: 1.4g
6日土 20日土	牛乳菓子	肉うどん	さつま芋煮 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん さつまいも さとう	だいこん ばなな にんじん こまつな ながねぎ	475kcal たんぱく質 脂質: 14.9g 食塩: 1.3g
8日月 22日月	牛乳菓子	ごはん	みそ豚 マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら まかろに まよねーず	たまねぎ わかめ きゃべつ にんじん きゅうり	529kcal たんぱく質 脂質: 24.3g 食塩: 1.4g
9日火 23日火	牛乳 チーズ	ごはん	チキンカツ ほうれん草のごま和え 具だくさんみそ汁	フルーチェ おせんべい	とりにく ぎゅうにゅう とうふ ちーず あぶらあげ みそ	こめ ごま はくりきこ さとう ばんこ あぶら	ほうれんそう わかめ にんじん もやし だいこん	459kcal たんぱく質 脂質: 18.1g 食塩: 1.6g
10日水 24日水	牛乳菓子	ごはん	鯖の西京焼き 磯辺和え 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	さわら みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら	きゃべつ みすな ほうれんそう もやし のり	461kcal たんぱく質 脂質: 16.9g 食塩: 1.3g
11日木 26日金	ヨーグルト	けんちんうどん	擬製豆腐 ゼリー	牛乳 おにぎり	ぶたにく たまご あぶらあげ よーくると とうふ ぎゅうにゅう とりにく	うどん こめ あぶら さとう	にんじん しいたけ だいこん ごぼう ひじき	456kcal たんぱく質 脂質: 16.2g 食塩: 1.5g
12日金 30日火	牛乳菓子	ごはん	鶏むね肉のやみつきチキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	牛乳 おふラスク	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら ふ ごま ばたー さとう	けちやつぶ こねぎ こまつな にんじん たまねぎ	430kcal たんぱく質 脂質: 14.4g 食塩: 1.3g
13日土 27日土	牛乳菓子	鶏そぼろ丼	かぼちゃ煮 大根とえのきのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ さとう	にんじん だいこん たまねぎ ばなな かぼちゃ えのき	492kcal たんぱく質 脂質: 15.9g 食塩: 1.3g
25日木 	牛乳菓子	ゆかりごはん	ハンバーグ ツナサラダ じゃが芋のポターージュ	牛乳 ヨーグルトケーキ	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご よーくると つな すきむみるく	こめ さとう ばんこ じゃがいも はくりきこ ばたー あぶら	たまねぎ きゅうり けちやつぶ きゃべつ にんじん	524kcal たんぱく質 脂質: 21.4g 食塩: 1.2g

⇒その他連絡事項



献立を変更する場合があります。ご了承ください。
25日にゆかりごはんが出るので、食べた事がない方は、
事前に食べてみてください。

今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
482kcal	20.1g	17.9g	1.4g

2024年 4月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
1日 月 15日 月	ごはん	豆腐入りのしどり おひだし きのこのすまし汁	牛乳 豆乳蒸しパン	とりにく ぎゅうにゅう とうふ とうにゅう みそ かつおぶし	こめ あぶら ばんこ さとう H/M	あおのり しめじ ほうれんそう えのき もやし ながねぎ にんじん わかめ	501kcal 19.4g 脂: 16.8g 塩: 1.5g
2日 火 16日 火	ピビンバ	粉ふき芋 油揚げのみそ汁	牛乳 きな粉トースト	ぶたにく きなこ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう じゃがいも あぶら しょうばん ごまあぶら まーがりん	りんご あおのり こまつな たまねぎ にんじん えのき もやし わかめ	576kcal 21.6g 脂: 20.6g 塩: 2.2g
3日 水 17日 水	ごはん	ポークカレー 野菜とハムの和え物 コンソメスープ	牛乳 菓子	ぶたにく はむ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら じゃがいも あぶら さとう	にんじん もやし たまねぎ きゅうり けちゃっぷ きゃべつ りんご	535kcal 17.5g 脂: 17.5g 塩: 2.4g
4日 木 18日 木	ごはん	鮭の照り焼き カレー風味五目豆 キャベツのみそ汁	牛乳 クラッカー-ジャムサンド	さけ ぎゅうにゅう だいす ぶたにく みそ	こめ あぶら しらたき さとう	にんじん いちごじゃむ ごぼう きゃべつ みずな	511kcal 26.9g 脂: 16.7g 塩: 1.9g
5日 金 19日 金	ごはん	チキンのみそマヨネーズ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	牛乳 菓子	とりにく みそ ぎゅうにゅう こうやとうふ	こめ まよねーず あぶら さとう	ひじき にんじん だいこん ほうれんそう	497kcal 23.5g 脂: 18.6g 塩: 1.6g
6日 土 20日 土	肉うどん	さつま芋煮 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく ぎゅうにゅう	うどん さつまいも さとう	だいこん ばなな にんじん こまつな ながねぎ	524kcal 19.4g 脂: 15.6g 塩: 1.5g
8日 月 22日 月	ごはん	みそ豚 マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら まかろに まよねーず	たまねぎ わかめ きゃべつ にんじん きゅうり	581kcal 21.2g 脂: 25.5g 塩: 1.6g
9日 火 23日 火	ごはん	チキンカツ ほうれん草のごま和え 貝だくさんみそ汁	フルーチェ おせんべい	とりにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ ごま はくりきこ さとう ばんこ あぶら	ほうれんそう わかめ にんじん もやし だいこん	473kcal 20.9g 脂: 15.6g 塩: 1.5g
10日 水 24日 水	ごはん	鯖の西京焼き 磯辺和え 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 菓子	さわら みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら	きゃべつ みずな ほうれんそう もやし のり	510kcal 22.4g 脂: 17.3g 塩: 1.5g
11日 木 26日 金	けんちんうどん	擬製豆腐 ゼリー	牛乳 おにぎり	ぶたにく たまご あぶらあげ ぎゅうにゅう とうふ とりにく	うどん こめ あぶら さとう	にんじん しいたけ だいこん ごぼう ひじき	524kcal 24.7g 脂: 18.2g 塩: 1.7g
12日 金 30日 火	ごはん	鶏むね肉のやみつ子キン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	牛乳 おふラスク	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら ふ ごま ばたー さとう	けちゃっぷ こねぎ こまつな にんじん たまねぎ	466kcal 24.5g 脂: 14.4g 塩: 1.6g
13日 土 27日 土	鶏そぼろ丼	かぼちゃ煮 大根とえのきのみそ汁 バナナ	牛乳 菓子	とりにく みそ あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ さとう	にんじん だいこん たまねぎ ばなな かぼちゃ えのき	553kcal 19.3g 脂: 16.9g 塩: 1.5g
25日 木 	ゆかりごはん	ハンバーグ ツナサラダ じゃが芋のポターージュ	牛乳 ヨーグルトケーキ	ぶたにく ぎゅうにゅう たまご よーくると つな すきむみるく	こめ さとう ばんこ じゃがいも はくりきこ ばたー あぶら	たまねぎ きゅうり けちゃっぷ きゃべつ にんじん	660kcal 24.4g 脂: 27.9g 塩: 1.4g

⇒その他連絡事項

献立を変更する場合があります。ご了承ください。
25日にゆかりごはんが出るので、食べた事がない方は、
事前に食べてみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
531kcal	22.1g	18.6g	1.7g