

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
1 日 火 15 日 火	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・きなこ蒸しパン
	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・きな粉・米 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・きな粉・米 パン粉・砂糖・油・H/M・青のり・ほうれん草・白菜 人参・しめじ・えのき・長ねぎ・わかめ
2 日 水 16 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 肉じゃが煮 野菜のナムル 豆腐とわかめのスープ	やわらかごはん 肉じゃが煮 野菜のナムル 豆腐とわかめのスープ	ごはん ポークカレー 野菜のナムル 豆腐とわかめのスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・米・じゃが芋 人参・玉ねぎ もやし・キャベツ・きゅうり・わかめ・えのき	豚肉・豆腐・米・じゃが芋・油 人参・玉ねぎ もやし・キャベツ・きゅうり・わかめ・えのき	豚肉・豆腐・チーズ・牛乳・米・じゃが芋・油 ごま油・ごま・人参・玉ねぎ・ケチャップ りんご・もやし・キャベツ・きゅうり・わかめ・えのき
3 日 木 17 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ カレイの煮付け 五目豆 野菜の味噌汁	やわらかごはん カレイの煮付け 五目豆 野菜の味噌汁	ごはん さわらの照り焼き カレー風味五目豆 野菜の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おふりかゆ	牛乳・おふラスク
	食材		カレイ・大豆・豚肉・味噌・米 砂糖・人参・ごぼう キャベツ・玉ねぎ・もやし	カレイ・大豆・豚肉・味噌・米 油・砂糖・麩・人参・ごぼう キャベツ・玉ねぎ・もやし	鰯・大豆・豚肉・油揚げ・味噌・牛乳・米 油・砂糖・麩・バター・人参・ごぼう キャベツ・玉ねぎ・もやし
4 日 金 18 日 金	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ちキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	やわらかごはん 鶏むね肉のやみつきちキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鶏むね肉のやみつきちキン 小松菜の白和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・さげがゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・米 砂糖・じゃが芋・小松菜 人参・玉ねぎ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・米・鮭 砂糖・じゃが芋・小松菜 人参・玉ねぎ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌・牛乳・米・ごま 砂糖・じゃが芋・ケチャップ・小松菜 人参・玉ねぎ・小ねぎ
5 日 土 19 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		豚と野菜のみそ炒めがゆ 粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁	豚と野菜のみそ炒めがゆ 粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ	豚と野菜のみそ炒め丼 粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・味噌・豆腐・米 砂糖・じゃが芋・長ねぎ・キャベツ・ピーマン 人参・青のり・わかめ	豚肉・味噌・豆腐・米・油 砂糖・じゃが芋・長ねぎ・キャベツ・ピーマン 人参・青のり・バナナ・わかめ	豚肉・味噌・豆腐・牛乳・米・油 砂糖・じゃが芋・長ねぎ・キャベツ・ピーマン 人参・青のり・バナナ・わかめ
7 日 月 21 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り煮 ブロッコリーのおかか和え 具だくさん味噌汁	やわらかごはん 鶏肉の照り煮 ブロッコリーのおかか和え 具だくさん味噌汁	ごはん チキンカツ ブロッコリーのおかか和え 具だくさん味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・鰹節・豆腐・味噌 米・ブロッコリー もやし・人参・大根・わかめ	鶏肉・鰹節・豆腐・味噌・青のり 米・ブロッコリー もやし・人参・大根・わかめ	鶏肉・鰹節・豆腐・油揚げ・味噌・牛乳 米・薄力粉・パン粉・油・ブロッコリー もやし・人参・大根・わかめ
8 日 火 22 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ みそ豚 かぼちゃサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん みそ豚 かぼちゃサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん みそ豚 かぼちゃサラダ 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・クラッカー・ジャムサンド
	食材		豚肉・味噌・豆腐・水菜 米・玉ねぎ・かぼちゃ きゅうり・人参	豚肉・味噌・豆腐・水菜 米・油・玉ねぎ・かぼちゃ きゅうり・人参	豚肉・味噌・ハム・豆腐・牛乳・チーズ 米・油・マヨネーズ・玉ねぎ・かぼちゃ きゅうり・人参・ジャム・水菜

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
9 日 水 23 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
	午前食 		おかゆ さけの西京焼き 磯辺和え けんちん汁	やわらかごはん さけの西京焼き 磯辺和え けんちん汁	ごはん さけの西京焼き 磯辺和え けんちん汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・ココアトースト
	食材		鮭・味噌・豆腐・鰹節・米 砂糖・里芋・キャベツ ほうれん草・もやし・のり・人参・大根・長ねぎ	鮭・味噌・豆腐・鰹節・米 砂糖・油・里芋・食パン・キャベツ ほうれん草・もやし・のり・人参・大根・ごぼう・長ねぎ	鮭・味噌・豆腐・鰹節・ヨーグルト・牛乳・米 砂糖・油・里芋・ごま油・食パン・マーガリン・キャベツ ほうれん草・もやし・のり・人参・大根・ごぼう・長ねぎ
10 日 木 25 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 照り焼きチキン ほうれん草のおひたし 玉ねぎとわかめの味噌汁	やわらかごはん 照り焼きチキン ほうれん草のおひたし 玉ねぎとわかめの味噌汁	ごはん カレーマヨチキン ほうれん草のごま和え 油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・米 砂糖・ほうれん草 人参・もやし・玉ねぎ・えのき・わかめ	鶏肉・米 砂糖・油・ほうれん草 人参・もやし・玉ねぎ・えのき・わかめ	鶏肉・油揚げ・味噌・牛乳・米 マヨネーズ・ごま・砂糖・油・ほうれん草 人参・もやし・玉ねぎ・えのき・わかめ
11 日 金 28 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		田舎風うどん シャーマンポテト風	田舎風うどん シャーマンポテト風 バナナ	田舎風うどん ポテトオムレツ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・味噌焼きおにぎり
	食材		鶏肉・味噌・うどん じゃが芋・米・砂糖・大根・人参・白菜・ごぼう 長ねぎ・玉ねぎ・ピーマン	鶏肉・味噌・うどん・油・豆腐 じゃが芋・米・砂糖・大根・人参・白菜・ごぼう 長ねぎ・玉ねぎ・ピーマン・バナナ	鶏肉・ベーコン・卵・牛乳・味噌・うどん・油 じゃが芋・米・砂糖・大根・人参・白菜・ごぼう 長ねぎ・玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・バナナ
12 日 土 26 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		麻婆豆腐がゆ かぼちゃ煮 わかめスープ	麻婆豆腐がゆ かぼちゃ煮 わかめスープ バナナ	麻婆豆腐丼 かぼちゃ煮 わかめスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・菓子
	食材		豆腐・豚肉・味噌・米・砂糖 片栗粉・人参・長ねぎ・しいたけ かぼちゃ・わかめ・玉ねぎ	豆腐・豚肉・味噌・米・油・砂糖 片栗粉・人参・長ねぎ・しいたけ かぼちゃ・バナナ・わかめ・玉ねぎ	豆腐・豚肉・味噌・牛乳・米・油・砂糖 片栗粉・ごま油・ごま・人参・長ねぎ・しいたけ にら・かぼちゃ・バナナ・わかめ・玉ねぎ
14 日 月 30 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豚肉と野菜の煮物 野菜サラダ コンソメスープ	やわらかごはん 豚肉と野菜の煮物 野菜サラダ コンソメスープ	ごはん ポークチャップ 野菜サラダ コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・煮込みうどん	牛乳・レーズンクッキー
	食材		豚肉・米・じゃが芋・砂糖・片栗粉 玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ほうれん草	豚肉・米・じゃが芋・油・砂糖・片栗粉 玉ねぎ・うどん キャベツ・人参・きゅうり・ほうれん草	豚肉・牛乳・米・じゃが芋・油・砂糖・片栗粉 マヨネーズ・薄力粉・バター・玉ねぎ・ケチャップ キャベツ・人参・きゅうり・ほうれん草・レーズン
24 日 木 	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 和風ハンバーグ ツナと野菜のサラダ 大根となめこの味噌汁	やわらかごはん 和風ハンバーグ ツナと野菜のスパゲティサラダ 大根となめこの味噌汁	わかめごはん 和風ハンバーグ ツナと野菜のスパゲティサラダ 大根となめこの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・チーズがゆ	牛乳・ヨーグルトケーキ
	食材		豚肉・豆腐・ツナ・味噌・米・砂糖・パン粉 片栗粉・わかめ 玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・なめこ	豚肉・豆腐・ツナ・味噌・米・砂糖・パン粉 油・片栗粉・スパゲティ・わかめ・チーズ 玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・なめこ	豚肉・豆腐・卵・ツナ・味噌・スキムミルク・米・砂糖・パン粉 油・薄力粉・片栗粉・スパゲティ・ごま油・バター・わかめ・ヨーグルト

	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 火 15 日 火	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 きなこ蒸しパン	とりにく ぎゅうにゅう とうふ きなこ みそ かつおぶし	こめ H/M ばんこ さとう あぶら	あおのり しめじ ほうれんそう えのき はくさい ながねぎ にんじん わかめ	442kcal たんぱく質 18.5g 脂質 14.2g 食塩 1.2g
2 日 水 16 日 水	牛乳 チーズ	ごはん	ポークカレー 野菜のナムル 豆腐とわかめのスープ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ちーず ぎゅうにゅう	こめ ごま じゃがいも あぶら ごまあぶら	にんじん もやし たまねぎ きゃべつ けちやつぶ きゅうり りんご わかめ・えのき	526kcal たんぱく質 18.9g 脂質 22.5g 食塩 2.0g
3 日 木 17 日 木	牛乳 菓子	ごはん	さわらの照り焼き カレー風味五目豆 野菜の味噌汁	牛乳 おふラスク	さわら みそ だいす ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	こめ ふ あぶら ばたー しらたき さとう	にんじん もやし ごぼう きゃべつ たまねぎ	472kcal たんぱく質 23.5g 脂質 19.0g 食塩 1.5g
4 日 金 18 日 金	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味噌汁	牛乳 菓子	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう じゃがいも	けちやつぶ こねぎ こまつな にんじん たまねぎ	455kcal たんぱく質 21.7g 脂質 13.3g 食塩 1.4g
5 日 土 19 日 土	牛乳 菓子	豚と野菜の 味噌炒め丼	粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう じゃがいも	ながねぎ あおのり きゃべつ ばなな びーまん わかめ にんじん	474kcal たんぱく質 17.7g 脂質 13.2g 食塩 1.0g
7 日 月 21 日 月	牛乳 菓子	ごはん	チキンカツ ブロッコリーのおかか和え 具だくさん味噌汁	フルーチェ せんべい	とりにく みそ かつおぶし ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ	こめ はくりきこ ばんこ あぶら	ぶろっこりー わかめ もやし にんじん だいこん	437kcal たんぱく質 20.1g 脂質 15.1g 食塩 1.2g
8 日 火 22 日 火	牛乳 チーズ	ごはん	みそ豚 かぼちゃサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ ちーず はむ とうふ	こめ あぶら まよねーず	たまねぎ じゃむ かぼちゃ みずな きゅうり にんじん	518kcal たんぱく質 22.1g 脂質 23.9g 食塩 1.8g
9 日 水 23 日 水	ヨーグルト	ごはん	さけの西京焼き 磯辺和え けんちん汁	牛乳 ココアトースト	さけ よーぐると みそ ぎゅうにゅう とうふ かつおぶし	こめ ごまあぶら さとう しょうばん あぶら まーがりん さといも	きゃべつ にんじん ほうれんそう だいこん もやし ごぼう のり ながねぎ	450kcal たんぱく質 23.1g 脂質 14.4g 食塩 1.5g
10 日 木 25 日 金	牛乳 菓子	ごはん	カレーマヨチキン ほうれん草のごま和え 油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう まよねーず あぶら ごま	ほうれんそう えのき にんじん わかめ もやし たまねぎ	451kcal たんぱく質 21.6g 脂質 14.6g 食塩 1.2g
11 日 金 28 日 月	牛乳 菓子	田舎風うどん	ポテトオムレツ バナナ	牛乳 味噌焼きおにぎり	とりにく みそ ペーこん たまご ぎゅうにゅう	うどん さとう あぶら じゃがいも こめ	だいこん ながねぎ にんじん たまねぎ はくさい びーまん ごぼう・ばなな けちやつぶ	478kcal たんぱく質 19.5g 脂質 17.0g 食塩 1.7g
12 日 土 26 日 土	牛乳 菓子	麻婆豆腐丼	かぼちゃ煮 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	とうふ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	にんじん かぼちゃ ながねぎ ばなな しいたけ わかめ にら たまねぎ	477kcal たんぱく質 15.5g 脂質 15.8g 食塩 1.0g
14 日 月 30 日 水	牛乳 菓子	ごはん	ポークチャップ 野菜サラダ コンソメスープ	牛乳 レーズンクッキー	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ じゃがいも まよねーず あぶら はくりきこ さとう ばたー	たまねぎ きゅうり けちやつぶ ほうれんそう きゃべつ れーすん にんじん	477kcal たんぱく質 16.7g 脂質 18.1g 食塩 1.3g
24 日 木 	牛乳 菓子	わかめごはん	和風ハンバーグ ツナと野菜のスパゲティサラダ 大根となめこの味噌汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	ぶたにく みそ とうふ すきむみるく たまご つな	こめ・さとう かたくりこ ばんこ すばげてい あぶら ごまあぶら はくりきこ ばたー	わかめ だいこん たまねぎ なめこ にんじん きゅうり	538kcal たんぱく質 21.0g 脂質 22.5g 食塩 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。
- ・今月、たけのこが給食で出るかもしれません。
食べた事がない方は試してみてください。



今月の平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
475kcal	19.9g	17.0g	1.3g

2025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 火 15 日 火	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 きなこ蒸しパン	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ きなこ みそ かつおぶし	こめ H/M ばんこ さとう あぶら	あおのり しめじ ほうれんそう えのき はくさい ながねぎ にんじん わかめ	480kcal 20.3g 脂: 14.2g 塩: 1.5g
2 日 水 16 日 水	ごはん	ポークカレー 野菜のナムル 豆腐とわかめのスープ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こめ ごま じゃがいも あぶら ごまあぶら	にんじん もやし たまねぎ きゃべつ けちやつぶ きゅうり りんご わかめ・えのき	573kcal 18.3g 脂: 22.0g 塩: 2.1g
3 日 木 17 日 木	ごはん	さわらの照り焼き カレー風味五目豆 野菜の味噌汁	牛乳 おふラスク	さわら みそ だいず ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	こめ ふ あぶら ばたー しらたき さとう	にんじん もやし ごぼう きゃべつ たまねぎ	513kcal 26.5g 脂: 19.2g 塩: 1.7g
4 日 金 18 日 金	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味噌汁	牛乳 菓子	とりにく とうふ みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう じゃがいも	けちやつぶ こねぎ こまつな にんじん たまねぎ	499kcal 24.4g 脂: 13.6g 塩: 1.7g
5 日 土 19 日 土	豚と野菜の 味噌炒め丼	粉ふき芋 豆腐とわかめのすまし汁 バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく みそ とうふ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう じゃがいも	ながねぎ あおのり きゃべつ ばなな びーまん わかめ にんじん	523kcal 19.4g 脂: 13.6g 塩: 1.1g
7 日 月 21 日 月	ごはん	チキンカツ ブロッコリーのおかか和え 具だくさん味噌汁	フルーチェ せんべい	とりにく みそ かつおぶし ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ	こめ はくりきこ ばんこ あぶら	ぶろっこりー わかめ もやし にんじん だいこん	451kcal 21.4g 脂: 13.0g 塩: 1.4g
8 日 火 22 日 火	ごはん	みそ豚 かぼちゃサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	ぶたにく ぎゅうにゅう みそ はむ とうふ	こめ あぶら まよねーず	たまねぎ じゃむ かぼちゃ みすな きゅうり にんじん	565kcal 22.6g 脂: 23.8g 塩: 1.8g
9 日 水 23 日 水	ごはん	さけの西京焼き 磯辺和え けんちん汁	牛乳 ココアトースト	さけ ぎゅうにゅう みそ とうふ かつおぶし	こめ ごまあぶら さとう しょうぼん あぶら まーがりん さといも	きゃべつ にんじん ほうれんそう だいこん もやし ごぼう のり ながねぎ	521kcal 26.2g 脂: 16.0g 塩: 1.8g
10 日 木 25 日 金	ごはん	カレーマヨチキン ほうれん草のごま和え 油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ さとう まよねーず あぶら ごま	ほうれんそう えのき にんじん わかめ もやし たまねぎ	491kcal 24.1g 脂: 14.7g 塩: 1.5g
11 日 金 28 日 月	田舎風うどん	ポテトオムレツ バナナ	牛乳 味噌焼きおにぎり	とりにく みそ ペーこん たまご ぎゅうにゅう	うどん さとう あぶら じゃがいも こめ	だいこん ながねぎ にんじん たまねぎ はくさい びーまん ごぼう・ばなな けちやつぶ	505kcal 20.7g 脂: 15.8g 塩: 2.0g
12 日 土 26 日 土	麻婆豆腐丼	かぼちゃ煮 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	とうふ ぶたにく みそ ぎゅうにゅう	こめ ごま あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ	にんじん かぼちゃ ながねぎ ばなな しいたけ わかめ にら たまねぎ	528kcal 16.6g 脂: 16.8g 塩: 1.1g
14 日 月 30 日 水	ごはん	ポークチャップ 野菜サラダ コンソメスープ	牛乳 レーズンクッキー	ぶたにく かにかま ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ じゃがいも まよねーず あぶら はくりきこ さとう ばたー	たまねぎ きゅうり けちやつぶ ほうれんそう きゃべつ れーずん にんじん	527kcal 18.1g 脂: 19.8g 塩: 1.5g
24 日 木 	わかめごはん	和風ハンバーグ ツナと野菜のスパゲティサラダ 大根となめこの味噌汁	牛乳 ヨーグルトケーキ	ぶたにく みそ とうふ すきむみるく たまご つな	こめ・さとう かたくりこ ばんこ すばけてい あぶら ごまあぶら はくりきこ ばたー	わかめ だいこん たまねぎ なめこ にんじん きゅうり	593kcal 23.4g 脂: 23.3g 塩: 1.6g

⇒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。
- ・今月、たけのこが給食で出るかもしれません。
食べた事がない方は試してみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
520kcal	21.7g	17.2g	1.6g