

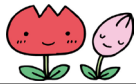


令和5年4月 献立表

3歳以上児



日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える		
1 土	ミルクリッチ ポトフ 牛乳100 清見オレンジ	野菜生活100 せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	コッパン(じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米葉(塩せんべい))	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 544kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 18.5g	食塩相当量: 2.5g 入園式
2 日							
3 月	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ	なかよしヨーグルト せんべい	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) いか(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニス(パグェッティ(乾) 米葉(塩せんべい))	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 440kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 2g
4 火	チキンカツ キャベツ和え えのき汁 ブロッコリーのおかか和え いちご	牛乳100 ビスコ	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(葉、乾燥、生) フロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 389kcal たんぱく: 17.9g 脂質: 18.5g	食塩相当量: 1.2g
5 水	さばの味噌煮 マカロニサラダ かぶ汁 ベイクドポテト 美生柑	牛乳100 ピザパン(手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) 油揚げ 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー) ミートソース	マカロニス(パグェッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 ロールパン	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) かぶ(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 615kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 31.2g	食塩相当量: 2.2g
6 木	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ 白菜汁 青菜とえのき和え せとか	牛乳100 カップケーキ(手作り)	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵 全卵(生) プロセスチーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 こんにやく(精粉) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) きやいんげん(若ざや、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ほうれんそう(葉、適年平均、生) えのきたけ(生) パナナ(生)	エネルギー: 538kcal たんぱく: 20.1g 脂質: 25.3g	食塩相当量: 2g
7 金	白身魚の蒸し焼き ジャーマンポテト 温そうめん汁 いちご	ヤクルト せんべい	まだら(生) ソーセージ(ウインナー) 若鶏、もも(皮つき、生)	有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) そうめん、ひやむぎ(乾) 米葉(塩せんべい)	えのきたけ(生) ふなしめじ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(葉、乾燥、生) みつしほ(葉、乾燥、生) いちご(生)	エネルギー: 368kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 9.9g	食塩相当量: 1.6g
8 土	甘バターサンド グラタン 牛乳200 清見オレンジ	野菜生活100 ビスコ	ホイップクリーム(植物性脂肪) 若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳	食パン オリーブ油 マカロニス(パグェッティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) パン粉(乾燥)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 768kcal たんぱく: 24.8g 脂質: 30.4g	食塩相当量: 2.1g
9 日							
10 月	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 清見オレンジ	なかよしヨーグルト ビスケット	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	オリーブ油 マカロニス(パグェッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 424kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 0.9g
11 火	鶏のから揚げ スパゲティサラダ キャベツ汁 さつま芋の甘煮 いちご	スポロン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) 調合油 マカロニス(パグェッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) ごま(白) オリーブ油 さつま芋(塊根、皮むき、生) 米葉	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー: 572kcal たんぱく: 21g 脂質: 21.9g	食塩相当量: 1.6g
12 水	かじきの味噌焼き マセドアンサラダ すまし汁 茹でアスパラ 美生柑	r	めかじき(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 普通牛乳 鶏卵 全卵(生)	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 食パン 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(葉、乾燥、生) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 549kcal たんぱく: 22.6g 脂質: 24.2g	食塩相当量: 2.5g
13 木	ひじきの寄せ煮 野菜入り卵焼き なめこ汁 きゃべつの塩昆布和え せとか	牛乳100 手作りクッキー(手作り)	ふた大型種 かつ 黄だいず 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつま揚げ いんげんまめ 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵 全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 薄力粉(1等) 無塩バター カバーリングチョコレート	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ(りん茎、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布	エネルギー: 575kcal たんぱく: 25.7g 脂質: 28g	食塩相当量: 2.2g
14 金	鶏肉のパーベキューソース ポテトサラダ 豚汁 ブロッコリーのおかか和え デコボン わかめご飯	牛乳100 誕生ケーキ	若鶏、もも(皮つき、生) ふた大型種 かつ(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	オリーブ油(じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) さといも(球茎、水煮) 水稲穀粒(精白米) ショートケーキ	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ごぼう(根、生) だいこん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 505kcal たんぱく: 21.4g 脂質: 25.2g	食塩相当量: 2.2g 誕生会
15 土	ツナコーンサンド 春雨スープ 牛乳200 清見オレンジ	ヤクルト せんべい	まぐろ(類缶詰(油漬、フレック、ライト) クリーム(植物性脂肪) ふた大型種 かつ(脂身つき、生) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) 緑豆はる(さめ)乾) ごま油 米葉(塩せんべい)	チンゲンサイ(葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) 乾しいたけ(乾) にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー: 678kcal たんぱく: 21.7g 脂質: 26.9g	食塩相当量: 2.4g



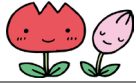
令和5年4月 献立表

3歳以上児



日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える		
16 日							
17 月	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 デコボン	なかよしヨーグルト ぜんべい	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) いかなこ(生) 普通牛乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざや、生)	エネルギー：409kcal タンパク：12.7g 脂質：14.3g	食塩相当量：2g
18 火	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ 粉ふき芋 いちご	ゼリー(ぶどう) ぜんべい	ふた大型種 かつ(脂身つき、生) 鶏肉 ひき肉(生) かに風味かまぼこ 鶏卵 全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) ビーフン 有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) えのきたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：450kcal タンパク：16.7g 脂質：15.6g	食塩相当量：3.1g
19 水	タラの磯辺揚げ 土佐和え 大根汁 金時豆 せとか	牛乳100 スラッピージョー(手作り)	まだら(生) かつお節 油揚げ 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳 ぶた、ひき肉(生)	プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま油 ざらめ糖(中ざらめ糖) ロールパン パン粉(乾燥)	あおさ(素干し) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生) トマト加工品(ピューレー)	エネルギー：533kcal タンパク：25.2g 脂質：19.1g	食塩相当量：2.2g
20 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 まいたけ汁 茹でアスパラ 美生柑	牛乳100 ポテのチーズ焼き(手作り)	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き納豆 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセイ(ウインナー)	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー：423kcal タンパク：19.3g 脂質：20.6g	食塩相当量：2.1g
21 金	ニラ肉団子 春雨サラダ 鶏南蛮汁 バイクドスイートポテト いちご	ヨーグルトドリンク(手作り) ビスケット	ぶた、ひき肉(生) 若鶏、ささ身(生) 若鶏、もも(皮なし、生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 緑豆はるさめ(乾) ごま(いり) そろめん、ひやむぎ(乾) さつまいも(塊根、皮むき、生) オリーブ油 ビスケット(ハード)	緑豆もやし(生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) なら(葉、生) きくらげ(乾) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) みつしほ(素干し) いちご(生)	エネルギー：591kcal タンパク：23g 脂質：16.9g	食塩相当量：3.4g
22 土	ソフトフランスピーナツパン アスパラサラダ 牛乳200 清見オレンジ	ぶどうジュース ぜんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツバター) マカロニ、スリケッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生)	エネルギー：662kcal タンパク：21.3g 脂質：22.1g	食塩相当量：1.9g
23 日							
24 月	ささ身揚げ 青菜和え ワンタンスープ レンコンのきんぴら いちご	フルーツヨーグルト(手作り) いも花子	若鶏、ささ身(生) ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) ヨーグルト(全脂無糖)	プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま油 ざらめ糖(グラニュー糖) 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) えのきたけ(生) れんこん(根茎、生) いちご(生) パナナ(生) なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：399kcal タンパク：18.8g 脂質：13.1g	食塩相当量：1.4g
25 火	花焼売 温野菜 わかめ汁 おさつバター デコボン	牛乳100 野菜プチクッキー	ぶた、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター サブレ	乾しいたけ(乾) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん(根、皮つき、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー：327kcal タンパク：12.2g 脂質：13.4g	食塩相当量：1.5g
26 水	カレーの煮付け 和風ポテトサラダ すまし汁 茹でアスパラ せとか	牛乳100 揚げパン(手作り)	まがれい(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 普通牛乳 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) コッペパン 調合油	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー：434kcal タンパク：21.4g 脂質：17.6g	食塩相当量：2.5g
27 木	マーボー豆腐 花型卵 豆麩汁 美生柑	ヤクルト ぜんべい	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵 全卵(生)	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 焼きふ(観世ふ) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) なら(葉、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー：392kcal タンパク：19.2g 脂質：12.5g	食塩相当量：1.9g かぶと行列
28 金	焼き魚(鮭) 中華ソテー 卵とじそうめん汁 おさつバター 清見オレンジ	牛乳100 おにぎり(手作り)	べにざけ(生) ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳	ごま油 緑豆はるさめ(乾) そうめん、ひやむぎ(乾) さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホルカーネルスタイル) きくらげ(乾) チンゲンサイ(葉、生) みつしほ(素干し) 乾しいたけ(乾) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：442kcal タンパク：22.1g 脂質：13.2g	食塩相当量：2.3g
29 土							
30 日							

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

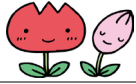


令和5年4月 献立表

3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事	
	期間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 土	麦茶 ビスケット	ミルクリッチ ポトフ 牛乳100 清見オレンジ	野菜生活100 せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ハード) コッパン(じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい))	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 427kcal たんぱく: 12.3g 脂質: 13.3g	食塩相当量: 1.8g	入園式
2 日									
3 月	リンゴジュース ビスコ	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト せんべい	ふた大型種、かた(脂身つき、生) いか なご(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニスバゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 589kcal たんぱく: 16.2g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.4g	
4 火	ゼリー(ぶどう)	チキンカツ キャベツ和え えのき汁 ブロッコリーのおかか和え いちご ご飯	牛乳100 ビスコ	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節、米みそ(甘みそ) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油 水稲穀粒(精白米)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) ブロッコリー(花序、生) いちご(生)	エネルギー: 475kcal たんぱく: 16.5g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 0.9g	
5 水	麦茶 バナナ	さばの味噌煮 マカロニサラダ かぶ汁 ペイクドポテト 美生柑 ご飯	牛乳100 ピザパン(手作り)	まさば(生) 米みそ(甘みそ) 油揚げ 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー) ミートソース	マカロニスバゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) ロールパン	バナナ(生) しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) かぶ(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー: 653kcal たんぱく: 22.8g 脂質: 24.2g	食塩相当量: 1.7g	
6 木	なかよしヨーグルト	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ 白菜汁 青菜とえのき和え せとか ご飯	牛乳100 カップケーキ(手作り)	ふた大型種、かた(脂身つき、生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセステーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 こんにやく(精粉) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉(ホットケーキ用)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若豆、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ほろれんそう(葉、通年平均、生) えのきたけ(生) パナナ(生)	エネルギー: 616kcal たんぱく: 20.2g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 1.6g	
7 金	麦茶 麩菓子	白身魚の蒸し焼き ジャーマンポテト 温そうめん汁 いちご ご飯	ヤクルト せんべい	まだら(生) ソーセージ(ウインナー) 若鶏、もも(皮つき、生)	有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) そうめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) みつしんこんぶ(素干し) いちご(生)	エネルギー: 448kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 7.3g	食塩相当量: 1.2g	
8 土	麦茶 せんべい	甘バターサンド グラタン 牛乳200 清見オレンジ	野菜生活100 ビスコ	ホイップクリーム(植物性脂肪) 若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) 食パン オリーブ油 マカロニスバゲッティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) パン粉(乾燥)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 510kcal たんぱく: 15.6g 脂質: 18.4g	食塩相当量: 1.6g	
9 日									
10 月	ぶどうジュース せんべい	ブロッコリーシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 清見オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト ビスケット	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き竹輪 生揚げ	米菓(塩せんべい) オリーブ油 マカロニスバゲッティ(乾) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) にんじん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 553kcal たんぱく: 16.1g 脂質: 13.7g	食塩相当量: 0.9g	
11 火	ゼリー(りんご)	鶏のから揚げ スパゲティサラダ キャベツ汁 さつま芋の甘煮 いちご ご飯	スポロン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) 調合油 マカロニスバゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) ごま(白) オリーブ油 さつま芋(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー: 601kcal たんぱく: 17.1g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.2g	
12 水	麦茶 せんべい	かじきの味噌焼き マセドアンサラダ すまし汁 茹でアスパラ 美生柑 ご飯	牛乳100 プレントースト(手作り)	めかじき(生) 米みそ(甘みそ) 絹ごし豆腐 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 さつま芋(生) 有塩バター 食パン 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 570kcal たんぱく: 19.4g 脂質: 19.6g	食塩相当量: 2.1g	
13 木	麦茶 バナナ	ひじきの寄せ煮 野菜入り卵焼き なめこ汁 きゃべつの塩昆布和え せとか ご飯	牛乳100 手作りクッキー(手作り)	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 黄だいず(水煮缶詰) 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつま揚げ いんげんまめ(全粒、乾) 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) 無塩バター カバーリングチョコレート	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ(りん茎、生) なめこ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) キャベツ(結球葉、生) 塩昆布	エネルギー: 596kcal たんぱく: 21.7g 脂質: 22.1g	食塩相当量: 1.6g	
14 金	なかよしヨーグルト	鶏肉のパーベキューソース ポテトサラダ 豚汁 ブロッコリーのおかか和え デコポン わかめご飯	牛乳100 誕生ケーキ	若鶏、もも(皮つき、生) ふた大型種、かた(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節 普通牛乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) さといも(球茎、水煮) 水稲穀粒(精白米) ショートケーキ	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ごぼう(根、生) たいこん(根、皮つき、生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー: 552kcal たんぱく: 21g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 2.2g	誕生会
15 土	麦茶 ビスケット	ツナコーンサンド 春雨スープ 牛乳200 清見オレンジ	ヤクルト せんべい	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) クリーム(植物性脂肪) ふた大型種、かた(脂身つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) ロールパン マヨネーズ(全卵型) 緑豆はるさめ(乾) ごま油 米菓(塩せんべい)	デンゲンサイ(葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) 乾しいたけ(乾) にんじん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー: 465kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 1.4g	



令和5年4月 献立表

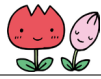
3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	期間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
16 日								
17 月	果実&フルーツジュース ビスコ	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 デコポン ご飯	なかよしヨーグルト せんべい	ふた大型種、かた(脂身つき、生) いかに ご(生) 普通牛乳	オリーブ油 ジャガイモ(塊茎、皮なし、 生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざ や、生)	エネルギー: 555kcal たんぱく: 14.2g 脂質: 15.8g	食塩相当量: 1.7g
18 火	麦茶 かぼちゃポーロ	焼肉 ビーフソテー とろりんスープ 粉ふき芋 いちご ご飯	ゼリー(ぶどう) せんべい	ふた大型種、かたローズ(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ポーロ(衛生ポーロ) ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) ビーフソ 有 塩バター ジャガイモ(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん 茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、 生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) えのきたけ(生) 乾 焼わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー: 566kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 2.3g
19 水	麦茶 バナナ	タラの磯辺揚げ 土佐和え 大根汁 金時豆 せとか ご飯	牛乳100 スラッピージョー(手作り)	まだら(生) かつお節 油揚げ 米みそ (甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳 ふた、ひき肉(生)	プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ご ま油 ざらめ糖(中ざら糖) 水稲穀粒(精 白米) ロールパン パン粉(乾燥)	バナナ(生) あおさ(素干し) 乾燥わかめ(素干し) ほう れんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん(根、皮つき、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) たま ねぎ(りん茎、生) トマト加工品(ピューレー)	エネルギー: 596kcal たんぱく: 22.8g 脂質: 10g	食塩相当量: 1.8g
20 木	ヤクルト せんべい	五目納豆 さつま芋の甘煮 まいたけ汁 茹でアスパラ 美生柑 ご飯	牛乳100 ポテのチーズ焼き(手作り)	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーゼージ(ウインナー)	米菓(塩せんべい) オリーブ油 さつまい も(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵 型) 水稲穀粒(精白米) ジャガイモ(塊 茎、皮なし、生)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) まいた け(生) 乾燥わかめ(素干し) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 531kcal たんぱく: 18.3g 脂質: 16.9g	食塩相当量: 1.8g
21 金	ゼリー(ぶどう)	ニラ肉団子 春雨サラダ 鶏南蛮汁 ペイクドスイートポテト いちご ご飯	ヨーグルトドリンク(手作り) ビスケット	ふた、ひき肉(生) 若鶏、ささ身(生) 若 鶏、もも(皮なし、生) ヨーグルト(全脂無 糖) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 緑豆 はるさめ(乾) ごま(いり) そうめん、ひ やむぎ(乾) さつまいも(塊根、皮むき、 生) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) ビ スケット(ハード)	緑豆もやし(生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟 白、生) なら(葉、生) きくらげ(乾) にんじん(根、皮つ き、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) みつ いしこんぶ(素干し) いちご(生)	エネルギー: 560kcal たんぱく: 18g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 2.2g
22 土	麦茶 ビスコ	ソフトフランスピーナツパン アスパラサラダ 牛乳200 清見オレンジ	ぶどうジュース せんべい	まぐろ顔缶詰(油漬、フレーク、ライト) 普通牛乳	ココアパウダー ちかけい(ピーナツパ スター) マカロニス(バグッティ(乾)) マヨ ネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	アスパラガス(若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅ うり(果実、生)	エネルギー: 484kcal たんぱく: 13.3g 脂質: 15.7g	食塩相当量: 1.3g
23 日								
24 月	リンゴジュース せんべい	ささ身揚げ 青菜和え ワンタンスープ レンコンのきんぴら いちご ご飯	フルーツヨーグルト(手作り) いも花子	若鶏、ささ身(生) ふた大型種、かた(脂 身つき、生) ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) プレミックス粉(てん ぷら用) 調合油 ごま油 水稲穀粒(精 白米) ざらめ糖(グラニュー糖) 芋かり んとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう (葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もや し(生) たまねぎ(りん茎、生) えのきたけ(生) れんこん (根茎、生) いちご(生) パナナ(生) なつみかん(缶詰 社会(缶詰、白肉種、果糖))	エネルギー: 511kcal たんぱく: 16.3g 脂質: 11g	食塩相当量: 1.2g
25 火	ゼリー(りんご)	花焼売 温野菜 わかめ汁 おさつバター デコポン ご飯	牛乳100 野菜プチクッキー	ふた、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘 みそ) 普通牛乳	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがい もでん粉) オリーブ油 さつまいも(塊 根、皮むき、生) 有塩バター 水稲穀粒 (精白米) サブレ	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、 生) キャベツ(結球葉、生) フロッコリー(花序、生) にん じん(根、皮つき、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー: 437kcal たんぱく: 12.3g 脂質: 11.9g	食塩相当量: 1.1g
26 水	麦茶 バナナ	カレイの煮付け 和風ポテトサラダ すまし汁 茹でアスパラ せとか ご飯	牛乳100 揚げパン(手作り)	まがれい(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 普 通牛乳 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネー ズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) コッパ パン 調合油	バナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、 生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素 干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生) アスパラガス(若茎、生)	エネルギー: 515kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 2g
27 木	なかよしヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 豆麩汁 美生柑 ご飯	ヤクルト せんべい	ふた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘 みそ) 鶏卵、全卵(生)	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 焼き ふ(観音ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓 (塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、 皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、 生) 乾しいたけ(乾) なら(葉、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー: 476kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 9.7g	かぶと行列
28 金	麦茶 ビスケット	焼き魚(鮭) 中華ソテー 卵とじそうめん汁 おさつバター 清見オレンジ ご飯	牛乳100 おにぎり(手作り)	べにざけ(生) ふた大型種、かた(脂身 つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏 卵、全卵(生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) ごま油 緑豆はるさ め(乾) そうめん、ひやむぎ(乾) さつま いも(塊根、皮むき、生) 有塩バター 水 稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイー トコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きくらげ(乾) チ ンゲンサイ(葉、生) みついしこんぶ(素干し) 乾しいたけ (乾) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー: 513kcal たんぱく: 20.2g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 1.6g
29 土								
30 日								

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和5年4月 離乳食献立表



日	曜	献立名			行事
		朝間	昼食	昼間	
1	土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	入園式
2	日				
3	月	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
4	火	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
5	水	麦茶 バナナ	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
6	木	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
7	金	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
8	土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
9	日				
10	月	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
11	火	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
12	水	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
13	木	麦茶 バナナ	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
14	金	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	誕生会
15	土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
16	日				
17	月	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
18	火	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
19	水	麦茶 バナナ	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
20	木	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
21	金	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
22	土	麦茶 せんべい	ぱんがゆ 野菜煮 ミルク	ミルク	
23	日				
24	月	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
25	火	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
26	水	麦茶 バナナ	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
27	木	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	かぶと行列
28	金	麦茶 せんべい	5倍・7倍粥 野菜煮 ミルク	ミルク	
29	土				
30	日				

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園