

4月 幼児食 献立表

| 日 | 献立名 | 材 料 名 | | | |
|-----|--|-------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|---|
| | | 午前おやつ 午後おやつ | (あか) 血や肉や骨になるもの | (きいろ) 熱と力になるもの | (みどり) 体の調子を整えるもの |
| 1月 | チキンカレー 大根なます わかめとみつばのスープ バナナ | クラッカー 保育乳 くずもち | 保育乳 ささみ レバー きなこ | 米 押麦 じゃが芋 ごま 芋くず 黒棒 | 玉葱 人参 コーン缶 大根 昆布 わかめ みつば パナナ りんご |
| 2火 | 親子丼 豚しゃぶサラダ オレンジ | ビスケット 保育乳 ロールパン | 保育乳 鶏肉 卵 豚肉 | 米 押麦 ロールパン | 人参 玉葱 青梗菜 ねぎ しいたけ 大根 白菜 きゅうり キャベツ オレンジ |
| 3水 | ごはん 厚揚げの炒め物 切干大根サラダ じゃが芋みそ汁 オレンジ | クラッカー 保育乳 ミロトースト | 保育乳 厚揚げ 豚挽肉 ツナ缶 | 米 じゃが芋 食パン バター | 人参 玉葱 きゅうり なら しめじ わかめ 切り干し大根 ミロ オレンジ |
| 4木 | ごはん 松風焼き 大根イリチー くし形トマト キャベツみそ汁 オレンジ | ビスケット 保育乳 スティックケーキパン | 保育乳 鶏胸挽肉 豚肉 卵 | 米 ごま 小麦粉 バター | 大根 人参 玉葱 キャベツ まいたけ ほうれん草 ねぎ なら オレンジ パナナ |
| 5金 | 黒米 クープイリチー 魚でんぷら 納豆みそ 小松菜すまし汁 りんご | クラッカー 保育乳 野菜マフィン | 保育乳 キング ひきわり納豆 ツナ缶 かまぼこ 大豆 チーズ | 米 黒米 小麦粉 ごま ホットケーキ粉 じゃが芋 | 人参 しいたけ 小松菜 えのきたけ 昆布 青のり りんご |
| 6土 | ごはん 豆腐の野菜そぼろ煮 ブロッコリーとチーズサラダ オレンジ | クラッカー 保育乳 スナックパン | 保育乳 豆腐 豚挽肉 チーズ | 米 押麦 スナックパン | 小松菜 人参 玉葱 コーン缶 しょうが ブロッコリー オレンジ |
| 8月 | ごはん マーボーなす 春雨サラダ トマトと卵のスープ バナナ | クラッカー 保育乳 スイートポテト | 保育乳 豚挽肉 豆腐 ハム 豆乳 卵 | 米 さつまい芋 春雨 マヨネーズ 米粉 小麦粉 | なす 葱 ビーマン にんにく しょうが 人参 きゅうり パセリ トマト パナナ |
| 9火 | ごはん 鶏レバーのみそ煮 豆腐チャンプル トマトごまあえ イナムドゥチ オレンジ | ビスケット 保育乳 キャラメルポテト | 保育乳 レバー 豆腐 豚肉 かまぼこ | 米 すりごま さつまい芋 バター | キャベツ 人参 もやし 青梗菜 ミニトマト 大根 ねぎ しょうが しいたけ オレンジ |
| 10水 | ごはん 魚のみそ焼き 豚肉と大根の煮物 じゃが芋あえ 白菜スープ ハイン缶 | クラッカー 保育乳 誕生ケーキ | 保育乳 キング 豚肉 削り節 | 米 マヨネーズ じゃが芋 小麦粉 | 大根 白菜 人参 きゅうり えのきたけ パセリ ハイン缶 ココア |
| 11木 | てりやき野菜丼 南瓜サラダ ほうれん草みそ汁 りんご | ビスケット 保育乳 三月菓子 | 保育乳 鶏肉 卵 油揚げ | 米 マヨネーズ 小麦粉 | 南瓜 もやし キャベツ 人参 枝豆 ほうれん草 えのきたけ りんご |
| 12金 | マージンごはん 煮しめと切り炒め 粉ふき芋 カリカリきゅうり 白菜みそ汁 オレンジ | クラッカー 保育乳 チーズ入り蒸しパン | 保育乳 豚肉 削り節 チーズ | 米 マージン じゃが芋 春雨 ホットケーキ粉 | ビーマン 白菜 きゅうり 人参 まいたけ ほうれん草 えのきたけ オレンジ |
| 13土 | ☆☆親子の日☆☆ | | | | |
| 15月 | ごはん 魚と大根の煮物 厚焼き卵 のりつくだに 豆腐みそ汁 バナナ | クラッカー 保育乳 ふかし芋 | 保育乳 赤魚 卵 ツナ缶 豆腐 油揚げ | 米 さつまい芋 | 大根 玉葱 しめじ ねぎ 人参 しょうが わかめ パナナ |
| 16火 | ジャージャー麺 蒸し野菜サラダ たけのこすまし汁 りんご | ビスケット 保育乳 じゃこおにぎり | 保育乳 豚挽肉 しらす干し 削り節 | うどん さつまい芋 米 | 玉葱 人参 きゅうり ビーマン キャベツ ブロッコリー しいたけ わかめ みつば たけのこ りんご |
| 17水 | ごはん 豚肉のしょうが焼き おからイリチー グリーンサラダ ゆし豆腐 オレンジ | クラッカー 保育乳 フルーンケーキ | 保育乳 豚肉 おから ツナ缶 ゆし豆腐 豆乳 | 米 ホットケーキ粉 | 人参 ひじき しいたけ ほうれん草 きゅうり ブロッコリー ハイン缶 ねぎ オレンジ フルーン |
| 18木 | ごはん 鶏肉と野菜の甘酢煮 豆腐サラダ もずくみそ汁 オレンジ | ビスケット 保育乳 ぼたぼた焼き | 保育乳 鶏肉 豆腐 | 米 小麦粉 じゃが芋 マヨネーズ ぼたぼた焼き | 玉葱 人参 ビーマン ほうれん草 コーン缶 もずく みつば オレンジ |
| 19金 | 炒り豆腐丼 さばのオープン焼き ハイン缶 | クラッカー 保育乳 きびなごのからあげ | 保育乳 鶏挽肉 豆腐 さば きびなご キング | 米 ぼたぼた焼き | 人参 玉葱 いんげん ひじき しいたけ ハイン缶 |
| 20土 | ☆☆親子の日☆☆ | | | | |
| 22月 | 鶏肉と小松菜のクリームライス 蒸し南瓜 バナナ | クラッカー 保育乳 ポテトフライ | 保育乳 鶏肉 豆乳 | 米 押麦 冷凍ポテト | 小松菜 玉葱 人参 クリームコーン缶 にんにく パナナ 青のり |
| 23火 | 中華丼 ちくわの磯辺焼き オレンジ | ビスケット 保育乳 ジャムサンド | 保育乳 豚肉 ちくわ | 米 米粉 食パン バター | キャベツ 人参 たけのこ ねぎ しいたけ きくらげ しょうが にんにく 青のり オレンジ いちごジャム |
| 24水 | ごはん 肉豆腐 ポテトサラダ ハイン缶 | クラッカー 保育乳 お麩のラスク | 保育乳 豚肉 豆腐 きなこ | 米 じゃが芋 麩 マヨネーズ | 玉葱 ねぎ えのきたけ コーン缶 人参 きゅうり レーズン ハイン缶 |
| 25木 | 鮭丼 ブロッコリーと豆腐のサラダ 大根汁 りんご | ビスケット 保育乳 ヨニグルド ぜんべい | 鮭 レバー 豚肉 豆腐 ヨーグルト | 米 マージン ごま じゃが芋 あんぱんまんせんべい | からし菜 ブロッコリー ビーマン 人参 ねぎ 大根 しょうが りんご |
| 26金 | ロールパン 鶏のレモン焼き 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ | クラッカー 保育乳 青菜おにぎり | 保育乳 鶏肉 ツナ缶 | ロールパン じゃが芋 米 ごま | 玉葱 人参 トマト缶 南瓜 ナス ビーマン マッシュルーム缶 いんげん にんにく レモン オレンジ |
| 27土 | 青菜ごはん 肉みそ豆腐 ブロッコリーとチーズのサラダ オレンジ | クラッカー 保育乳 スナックパン | 保育乳 豚挽肉 厚揚げ チーズ | 米 ごま スナックパン | 小松菜 玉葱 しょうが ブロッコリー オレンジ |
| 29月 | ☆☆昭和の日☆☆ | | | | |
| 30火 | ごはん さばのみそ煮 野菜炒め 味付けのり 大根みそ汁 オレンジ | ビスケット 保育乳 きなこクッキー | 保育乳 さば 豚肉 油揚げ きなこ 卵 | 米 小麦粉 バター | キャベツ 人参 もやし 小松菜 えのきたけ のり しょうが オレンジ |

※ 材料・行事・その他の都合により、献立を変更することがあります。