

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 イナムドゥッチ 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 のりつくだのに 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	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	ごはん 鶏肉のしょうが焼き おからイリチー グリーンサラダ ゆし豆腐 オレンジ	ビスケット 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
17水	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。