



令和6年4月の予定献立表

未満児

日付	1日	2日	3日	4日	5日	6日
午前おやつ	クラッカー 牛乳	せんべい 麦茶	野菜とりんごジュース	ビスコ 麦茶	ゼリー	
昼食	生姜焼き (豚肉、玉ねぎ) 人参しりしり (人参、卵、ツナ) みそ汁 (刻み揚げ、木綿豆腐、わかめ) りんご	スタミナ納豆 (納豆、ひき肉、長ねぎ) 餃子 ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし、糸かつお) バナナ	ぶりの電田揚げ わかめサラダ (わかめ、胡瓜、ツナ、コーン) きのこのみそ汁 (しいたけ、しめじ、花麩) 清見オレンジ	チキンマト煮 (鶏肉、ナス、玉ねぎ、人参、チーズ) ブロッコリー胡麻和え (ブロッコリー、白菜、人参) 春雨スープ (春雨、人参、わかめ、玉ねぎ、ベーコン、しいたけ) みかんヨーグルト (ヨーグルト、みかん)	ツナオムレツ (卵、ツナ、玉ねぎ、人参、チーズ) ジャーマンポテト (じゃが芋、ウィンナー、パセリ) みそ汁 (キャベツ、人参、長ねぎ) グレープフルーツ	
午後おやつ	◎お麩ラスク 麦茶 エネルギー：474kcal脂質：16.4g たんぱく質：19.6g塩分：1.6g	◎さつまいもスティック 牛乳 エネルギー：423kcal脂質：13.0g たんぱく質：16.1g塩分：1.2g	◎チーズパン 牛乳 エネルギー：492kcal脂質：17.2g たんぱく質：20.2g塩分：1.5g	◎クッキー 麦茶 エネルギー：492kcal脂質：19.9g たんぱく質：15.7g塩分：1.0g	◎生クリームスコーン 牛乳 エネルギー：504kcal脂質：16.1g たんぱく質：17.2g塩分：1.4g	
日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前おやつ	ビスケット 麦茶	ジョア	クラッカー 麦茶	りんごジュース	ゼリー	
昼食	サバの味噌煮 切干大根ケチャップ煮 (サバ、大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) みそ汁 (白玉葱、わかめ、えのき) 清見オレンジ	2種のパン (ミニフランスパン、クロワッサン) チーズハンバーグ もやしと胡瓜のさっぱり和え (もやし、胡瓜、人参) マカロニスープ (マカロニ、ベーコン、じゃが芋、キャベツ、玉ねぎ、ブロッコリー) バナナ	麻婆豆腐 (鶏肉、玉ねぎ、豆豉、にら、しいたけ) 蒸し鶏中華和え (鶏しほ、もやし、ほうれん草) ビーフソテー (ビーフ、ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) ゼリー	から揚げ スパゲティサラダ (スパゲティ、キャベツ、人参) ばくばく胡瓜 清見オレンジ	ポークカレー (豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参) 春キャベツサラダ (キャベツ、蒸し鶏、胡瓜) りんご	
午後おやつ	◎コーンフレークおこし 牛乳 エネルギー：461kcal脂質：15.4g たんぱく質：18.8g塩分：1.3g	◎ひじきおにぎり 麦茶 エネルギー：483kcal脂質：12.5g たんぱく質：19.3g塩分：1.3g	◎キャラットケーキ 牛乳 エネルギー：512kcal脂質：16.4g たんぱく質：20.4g塩分：1.4g	◎プリン エネルギー：470kcal脂質：15.3g たんぱく質：14.3g塩分：0.8g	◎マシュマロサンド 牛乳 エネルギー：476kcal脂質：14.2g たんぱく質：14.4g塩分：1.3g	
日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前おやつ	せんべい 牛乳	ビスコ 麦茶	ヨーグルト	ゼリー	クラッカー 牛乳	
昼食	ミートボール ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参、チーズ) わかたまスープ (わかめ、卵、長ねぎ) みかん	ポークチャップ (豚肉、玉ねぎ、ピーマン) スナップエンドウサラダ (ツナ、スナップエンドウ、キャベツ、コーン) ほうれん草スープ (ほうれん草、えのき、人参) ゼリー	ナポリタン (ベーコン、玉ねぎ、マッシュルーム、ピーマン) ブロッコリーサラダ (ブロッコリー、もやし) フライドポテト グレープフルーツ	春巻き 切干大根ナムル (切干大根、小松菜、人参) ワントンスープ (ワントン、玉ねぎ、人参、にら) バナナ	サワラの西京焼き きんぴらごぼう (ごぼう、人参) 豚汁 (豚肉、白米、じゃが芋、ごぼう、大根、人参、厚揚げ) りんご	
午後おやつ	◎ごまちんすこう 麦茶 エネルギー：487kcal脂質：18.9g たんぱく質：15.6g塩分：1.5g	◎スイートポテト 牛乳 エネルギー：463kcal脂質：14.3g たんぱく質：15.2g塩分：1.2g	◎ブラウニー 麦茶 エネルギー：491kcal脂質：20.4g たんぱく質：13.9g塩分：1.6g	◎ストロベリーマフィン 麦茶 エネルギー：461kcal脂質：11.6g たんぱく質：19.3g塩分：1.3g	おからの実クッキー 牛乳 エネルギー：471kcal脂質：17.4g たんぱく質：19.4g塩分：1.5g	
日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前おやつ	野菜とりんごジュース	ヨーグルト	ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶	ジョア	
昼食	肉じゃが (豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん) シューマイ みそ汁 (キャベツ、きぬさや、豆腐) グレープフルーツ	春メニュー たけのこご飯 (たけのこ、刻み揚げ) マスのタルタル焼き (マス、玉ねぎ) そらまめコーンソテー (そらまめ、コーン) みそ汁 (里芋、わかめ、長ねぎ) 清見オレンジ	タンドリーチキン (鶏肉、カレー粉、ヨーグルト) マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、人参、コーン) ほうれん草ソテー (ほうれん草、卵、ピーマン、ウィンナー、玉ねぎ) ゼリー	八宝菜 (豚肉、白菜、玉ねぎ、人参) 春雨ナムル (春雨、もやし、胡瓜、人参) チンゲン菜スープ (チンゲン菜、ベーコン、しいたけ、長ねぎ) オレンジ	わかめうどん (うどん、わかめ、鰹節、胡麻、コン、長ねぎ) 磯部揚げ かぼちゃ天ぷら りんご	
午後おやつ	◎ポテト 牛乳 エネルギー：507kcal脂質：15.9g たんぱく質：20.9g塩分：1.1g	◎マシュマロドッククッキー 牛乳 エネルギー：483kcal脂質：15.7g たんぱく質：14.2g塩分：0.9g	◎おさつマフィン 麦茶 エネルギー：465kcal脂質：17.2g たんぱく質：13.0g塩分：1.5g	◎バナナクッキー 牛乳 エネルギー：489kcal脂質：9.8g たんぱく質：21.9g塩分：1.7g	◎あんまん 麦茶 エネルギー：423kcal脂質：11.8g たんぱく質：16.5g塩分：1.3g	
日付	29日	30日				
午前おやつ		ヨーグルト				
昼食	 魚みそチーズ焼き (マス、チーズ) ブロッコリーとかにかま (ブロッコリー、玉ねぎ、かにかま) みそ汁 (木綿豆腐、わかめ、刻み揚げ) りんご					◎印・・・手作りのやつ ★印・・・地産地消の日 (丸森の野菜を使用します) 未満児さんは毎日主食提供です
午後おやつ		Caウエハース 牛乳 エネルギー：457kcal脂質：15.8g たんぱく質：25.7g塩分：1.7g				

3歳未満児…エネルギー 481kcal (467) たんぱく質 19.9g(19.8) 脂質 14.7g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)
 3歳以上児…エネルギー 561kcal (574) たんぱく質 21.6g(24.4) 脂質 16.3g(15.9) 塩分 1.6g(1.5)
 ※ () 内は給与栄養目標量です。栄養価にはほんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。