2024年04月

献　立　表

あじさい保育園(中期　(7～8か月))

日／曜	献　立　名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01（月）	おかゆの野菜あんかけ 煮びたし 春雨のスープ	じゃがいも、米、片栗粉、はるさめ	絹ごし豆腐、豚肉ゆで汁	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな	かつおだし汁、しょうゆ	じゃが芋と野菜だし煮
02（火）	お粥 豆腐と野菜の煮込み 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米、焼ふ、砂糖	木綿豆腐、牛乳、鶏肉ゆで汁、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	はくさい、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	麩のきな粉ミルク煮
03（水）	パンがゆ 魚の洋風煮 白菜のスープ	じゃがいも、食パン、砂糖、片栗粉	ヨーグルト(無糖)、かじき、豚肉ゆで汁	きゅうり、はくさい、にんじん	かつおだし汁、しょうゆ	ヨーグルト 赤ちゃんせんべい
04（木）	お粥 筑前煮 すまし汁(麩・わかめ)	米、焼ふ、砂糖	鶏肉ゆで汁、木綿豆腐	だいこん、にんじん、いんげん、カットわかめ	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	お野菜ボール
05（金）	お粥 野菜の柔らか煮 みそ汁(じゃが芋・小松菜)	米、じゃがいも、スパゲティー、砂糖、片栗粉	鶏肉ゆで汁、豚肉ゆで汁、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	煮込みスパゲティ
06（土）	リゾット風 スープ ヨーグルト	米	ヨーグルト(加糖)			赤ちゃんせんべい
08（月）	お粥 魚のおろし煮 春雨の五目煮 けんちん汁	米、ロールパン、砂糖、はるさめ	たら切身、豚肉ゆで汁、鶏肉ゆで汁	だいこん、もやし、にんじん、あさつき	かつおだし汁、しょうゆ	パン粥
09（火）	お粥 ツナと野菜煮 味噌汁(玉ねぎ・胡瓜)	米、じゃがいも、焼ふ、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)	きゅうり、にんじん、たまねぎ、トマト	かつおだし汁、しょうゆ	豆腐とお麩のくず煮
10（水）	お粥 高野豆腐の煮物 清汁(じゃが芋・玉葱)	米、じゃがいも、砂糖	ヨーグルト(加糖)、鶏肉ゆで汁、凍り豆腐	たまねぎ、にんじん、いんげん	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	ベビーダノン
11（木）	パンかゆ 豆腐団子野菜あんかけ すまし汁(かぶ・かぶ葉)	米、食パン、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、ひじき、かぶ、にんじん、たまねぎ、かぶ・葉	かつおだし汁、しょうゆ、しいたけだし汁	ひじき雑炊
12（金）	青のり粥 魚の野菜あんかけ みそ汁(さつま芋・玉葱・わかめ)	米、干しそうめん、さつまいも、片栗粉、砂糖	かじき、牛乳、米みそ(淡色辛みそ)	もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、あおのり、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	ミルク煮ソーメン
13（土）	～お弁当～					
15（月）	味噌あんかけうどん スープ	じゃがいも、ゆでうどん、片栗粉、砂糖	豚肉ゆで汁、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、きゅうり、たまねぎ、もやし、こまつな	しょうゆ、しいたけだし汁、食塩	人参とじゃが芋のマッシュポテト
16（火）	お粥 野菜とツナの煮びたし 豆腐ともやしのすまし汁	さつまいも、米、砂糖、片栗粉	ツナ水煮缶、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、あさつき	かつおだし汁	さつま芋甘煮 赤ちゃんせんべい
17（水）	雑炊 ツナと麩の煮物 すまし汁	米、砂糖、焼ふ	木綿豆腐、豆乳、豚肉ゆで汁、きな粉	ほうれんそう、チンゲンサイ、にんじん、ねぎ、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、しいたけだし汁	豆腐の黄な粉煮

2024年04月

献　立　表

日／曜	献　立　名	材料名（昼食・3時おやつ）				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
18（木）	パン粥 魚の野菜あんかけ ポトフ	米、食パン、じゃがいも、はるさめ、片栗粉、砂糖	かじき、鶏肉ゆで汁	にんじん、キャベツ、たまねぎ	かつおだし汁、しょうゆ	野菜粥
19（金）	おかゆ 切り干し大根 呉汁	米、さつまいも、さといも、砂糖	ツナ水煮缶、だいず水煮缶詰、白みそ、きな粉	にんじん、だいこん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん	かつおだし汁、しょうゆ	ゆでさつま芋の黄な粉かけ
20（土）	煮込みうどん スープ	ゆでうどん	ヨーグルト(無糖)			ヨーグルト お野菜ボール
22（月）	お粥 鮭と野菜のくず煮 みそ汁	米、片栗粉、砂糖	ヨーグルト(加糖)、さけ切身、生揚げ、米みそ（淡色辛みそ）	キャベツ、もやし、いんげん、あさつき	かつおだし汁、しょうゆ	ヨーグルト 赤ちゃんせんべい
23（火）	お粥 豆腐と野菜の柔らか煮 白菜のスープ	さつまいも、米、片栗粉、砂糖	生揚げ、豚肉ゆで汁	たまねぎ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ、こまつな	しょうゆ	さつま芋甘煮
24（水）	パンかゆ ツナとほうれん草のくたくた煮 豆乳スープ	米、食パン、じゃがいも、片栗粉	豆乳、ツナ水煮缶、鶏肉ゆで汁	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう	かつおだし汁、食塩	雑炊
25（木）	お粥の野菜あんかけ わかめスープ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖	豚肉ゆで汁、鶏肉ゆで汁	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、だいこん、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ	野菜ころころ煮（大根・かぼちゃ）
26（金）	お粥 魚のクリーム煮 みそ汁（大根・わかめ）	じゃがいも、米、片栗粉	たら切身、牛乳、米みそ（淡色辛みそ）	にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれんそう、きゅうり、カットわかめ	かつおだし汁、食塩	野菜とじゃが芋のマッシュ
27（土）	リゾット風 スープ 赤ちゃんせんべい	米				
30（火）	お粥 じゃが芋とブロッコリーの柔らか煮 みそ汁(人参・わかめ)	じゃがいも、米、干しそうめん、砂糖、片栗粉	豚肉ゆで汁、米みそ（淡色辛みそ）	はくさい、ねぎ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	煮ソーメン

※3～5歳児には午前中のおやつはつきません
※3～5歳児には給食に牛乳がつきます
※給食・おやつに使うパンは、乳使用のヤマザキのロイヤルブレッド食パン、パスコの超熱ロールまたは卵・乳不使用のロールパンを使用しています
※カレールーはアレルギー27品目不使用のものを使用します
※食材の関係で献立が変更になることがあります

2024年04月

献　立　表

あじさい保育園(後期　(9～11か月))

日／曜	献　立　名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01(月)	ハヤシライス風 煮びたし 春雨のスープ	じゃがいも、米、片栗粉、はるさめ	絹ごし豆腐、豚肉(肩)	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな	かつおだし汁、しょうゆ、ケチャップ、食塩	じゃが芋と野菜のおやき
02(火)	お粥 豆腐と野菜の煮込み 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米、砂糖、焼ふ	木綿豆腐、牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	はくさい、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	麩のきな粉ミルク煮
03(水)	パン 魚の洋風煮 白菜のスープ	じゃがいも、食パン、砂糖	ヨーグルト(無糖)、かじき、豚肉(肩)	オレンジ、はくさい、きゅうり、にんじん	かつおだし汁、ケチャップ、しょうゆ、食塩	オレンジのヨーグルトがけ 赤ちゃんせんべい
04(木)	お粥 筑前煮 すまし汁(豆腐・麩・わかめ)	米、焼ふ、砂糖	木綿豆腐、鶏もも肉	だいこん、にんじん、いんげん、カットわかめ	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	フルーツジュレ
05(金)	お粥 野菜とささみの柔らか煮 みそ汁(じゃが芋・小松菜)	米、じゃがいも、スパゲティー、砂糖、片栗粉	鶏ささ身、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	煮込みスパゲティ
06(土)	リゾット風 スープ ヨーグルト	米	ヨーグルト(加糖)			赤ちゃんせんべい
08(月)	お粥 魚のおろし煮 春雨の五目煮 けんちん汁	米、ロールパン、砂糖、片栗粉、はるさめ	牛乳、たら切身、豚肉(肩)、鶏もも肉	だいこん、もやし、にんじん、あさつき	かつおだし汁、しょうゆ	ロールパン ミルクペースト
09(火)	お粥 ツナと野菜ケチャップ煮 味噌汁(玉ねぎ・胡瓜) グレープフルーツ	米、じゃがいも、焼ふ、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)	きゅうり、にんじん、グレープフルーツ、たまねぎ、トマト	かつおだし汁、ケチャップ、しょうゆ	豆腐とお麩のくず煮
10(水)	お粥 高野豆腐の煮物 清汁(じゃが芋・玉葱)	米、じゃがいも、砂糖	ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、凍り豆腐	たまねぎ、にんじん、いんげん	かつおだし汁、しいたけだし汁、しょうゆ	ベビーダノン
11(木)	食パン 豆腐団子野菜あんかけ すまし汁(かぶ・かぶ葉)	米、食パン、砂糖、片栗粉	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、ひじき、かぶ、にんじん、たまねぎ、かぶ・葉	かつおだし汁、しょうゆ、しいたけだし汁	ひじき雑炊
12(金)	青のり粥 魚の野菜あんかけ みそ汁(さつま芋・玉葱・わかめ)	米、干しそうめん、さつまいも、片栗粉、砂糖	かじき、牛乳、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、もやし、チンゲンサイ、にんじん、あおのり、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	ミルク煮ソーメン
13(土)	～お弁当～					
15(月)	味噌あんかけうどん ポークスープ バナナ	ゆでうどん、じゃがいも、片栗粉、砂糖	豚ひき肉、豚肉(肩)、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、バナナ、きゅうり、たまねぎ、こまつな	しょうゆ、しいたけだし汁、食塩	人参とじゃが芋のマッシュポテト
16(火)	お粥 野菜と肉団子煮 豆腐ともやしのすまし汁	さつまいも、米、砂糖、片栗粉	絹ごし豆腐、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、きゅうり、もやし、にんじん、あさつき	かつおだし汁	さつま芋甘煮 赤ちゃんせんべい
17(水)	ひじき雑炊 豚肉と麩の煮物 すまし汁	米、砂糖、焼ふ	木綿豆腐、豚肉(肩)、豚ひき肉、きな粉、豆乳	バナナ、キャベツ、ほうれんそう、チンゲンサイ、にんじん、ねぎ、ひじき	かつおだし汁、しょうゆ、しいたけだし汁	豆腐の黄な粉煮 バナナ

2024年04月

献　立　表

日／曜	献　立　名	材料名（昼食・3時おやつ）				10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
18（木）	食パン 魚の野菜あんかけ ポトフ	食パン、米、じゃがいも、はるさめ、片栗粉、砂糖	かじき、鶏もも肉	にんじん、たまねぎ、キャベツ	かつおだし汁、しょうゆ	野菜粥
19（金）	おかゆ チキン洋風煮 切り干し大根 呉汁	米、さつまいも、さといも、砂糖	鶏もも肉、だいず水煮缶詰、白みそ、きな粉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、だいこん、ねぎ、切り干しだいこん、いんげん	かつおだし汁、ケチャップ、しょうゆ	ゆでさつま芋の黄な粉かけ
20（土）	煮込みうどん スープ	ゆでうどん	ヨーグルト(無糖)			ヨーグルト お野菜ボール
22（月）	お粥 鮭と野菜のくず煮 みそ汁	米、片栗粉、砂糖	さけ切身、生揚げ、米みそ（淡色辛みそ）	もやし、キャベツ、いんげん、あさつき	かつおだし汁、しょうゆ	フルーツジュレ ウエハース
23（火）	お粥 豆腐のケチャップ煮 鶏と白菜のスープ	さつまいも、米、片栗粉、砂糖	生揚げ、豚肉(肩)	グレープフルーツ、たまねぎ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ、こまつな	ケチャップ、しょうゆ	グレープフルーツ さつま芋甘煮
24（水）	食パン ツナとじゃが芋の洋風煮 豆乳スープ	米、食パン、じゃがいも、片栗粉、砂糖	豆乳、ツナ水煮缶、鶏ひき肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう	かつおだし汁、ケチャップ、食塩	そぼろ雑炊
25（木）	ハヤシライス風 わかめスープ バナナ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖	豚肉(肩)、鶏もも肉	バナナ、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、だいこん、カットわかめ	かつおだし汁、ケチャップ、しょうゆ、食塩	野菜スティック煮（大根・かぼちゃ）
26（金）	お粥 魚のクリーム煮 みそ汁（大根・わかめ）	じゃがいも、米、片栗粉	たら切身、牛乳、米みそ（淡色辛みそ）	たまねぎ、にんじん、だいこん、ほうれんそう、きゅうり、カットわかめ	かつおだし汁	ほうれん草と人参のおやき
27（土）	リゾット風 スープ フルーツジュレ	米				ウエハース
30（火）	お粥 鶏とブロッコリーの柔らか煮 みそ汁(じゃが芋・人参・わかめ)	米、干しそうめん、じゃがいも、片栗粉、砂糖	鶏もも皮付き切身、豚肉(肩)、米みそ（淡色辛みそ）	はくさい、ねぎ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、食塩	煮ソーメン

※3～5歳児には午前中のおやつはつきません
※3～5歳児には給食に牛乳がつきます
※給食・おやつに使うパンは、乳使用のヤマザキのロイヤルブレッド食パン、パスコの超熱ロールまたは卵・乳不使用のロールパンを使用しています
※カレールーはアレルギー27品目不使用のものを使用します
※食材の関係で献立が変更になることがあります

2024年04月

献　立　表

あじさい保育園(完了アレルギー （12～15か月））

日／曜	献　立　名	材料名（昼食・3時おやつ）				10時おやつ 3時おやつ	栄　養　価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
01（月）	ハヤシライス 春野菜サラダ 豆腐と春雨のスープ バナナ	米、ホットケーキ粉、砂糖、はるさめ、オリーブ油、油	牛乳、豚肉(肩)、絹ごし豆腐、豆乳、ベーコン	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、スナップえんどう、しめじ、グリンピース、粉かんてん	ハヤシルウ、りんご酢、コンソメ、食塩	牛乳 牛乳 ココア蒸しパン	エネルギー 544 kcal たんぱく質 18.5 g 脂　質 20.2 g カルシウム 248 mg
02（火）	ご飯 豆腐と野菜の炒め煮 ツナと胡瓜の洋風和え みそ汁（玉葱・油揚げ）	米、砂糖、焼ふ、マヨネーズ、片栗粉、油	牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、ツナ油漬缶、バター、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、すりごま、きな粉、ごま	たまねぎ、はくさい、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、干ししいたけ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ	ジョア（白ブドウ） 牛乳 きな粉ラスク	エネルギー 451 kcal たんぱく質 19.4 g 脂　質 18.9 g カルシウム 333 mg
03（水）	食パン　　オレンジ 魚のタンドリー焼き おからポテトサラダ 白菜のスープ	食パン、じゃがいも、米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、かじき、豚肉(肩)、ハム、ヨーグルト(無糖)、おから、油揚げ、ごま	オレンジ、はくさい、にんじん、きゅうり、まいたけ、コーン、切り干しだいこん、しょうが、ひじき、にんにく	ケチャップ、コンソメ、食塩、しょうゆ、昆布だし汁、酒、カレー粉、パセリ粉	牛乳 牛乳 かやくおにぎり	エネルギー 468 kcal たんぱく質 22.3 g 脂　質 17.6 g カルシウム 245 mg
04（木）	ご飯 筑前煮 ゆかり和え すまし汁(麩・豆腐・わかめ)	米、小麦粉、砂糖、アレルギー用マーガリン、焼ふ、油	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、豆乳	だいこん、きゅうり、にんじん、ごぼう、たけのこ(ゆで)、いんげん、干ししいたけ、カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 牛乳 キャロットクッキー	エネルギー 377 kcal たんぱく質 16.1 g 脂　質 8.4 g カルシウム 266 mg
05（金）	昆布ご飯 五目卵焼き 春キャベツのごまサラダ みそ汁（じゃが芋・小松菜）	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、片栗粉	牛乳、卵、鶏ひき肉、鶏ささ身、豚ひき肉、米みそ（淡色辛みそ）、すりごま、ごま	キャベツ、にんじん、こまつな、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、グリンピース、塩こんぶ、干ししいたけ、粉かんてん	かつおだし汁、しょうゆ、酢、酒、食塩	牛乳 牛乳 手作り肉まん	エネルギー 451 kcal たんぱく質 19.2 g 脂　質 16.0 g カルシウム 269 mg
06（土）	炊込みピラフ スープ ゼリー	米、ロールパン				気になる野菜ジュース 麦茶 パン	エネルギー 0 kcal たんぱく質 0 g 脂　質 0 g カルシウム 0 mg
08（月）	ご飯 魚のおろし煮 春雨の五目炒め けんちん汁	米、ロールパン、ながいも、砂糖、はるさめ、ごま油	牛乳、豚ひき肉、鶏もも肉、こしあん（生）、バター、たら切身	だいこん、もやし、にんじん、ごぼう、にら、あさつき、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、鶏がらスープの素、食塩	牛乳 牛乳 あんロールパン	エネルギー 464 kcal たんぱく質 25.1 g 脂　質 14.1 g カルシウム 236 mg
09（火）	ご飯　　グレープフルーツ コロッケ 豆腐サラダ みそ汁（なめこ・水菜・たまねぎ）	米、小麦粉、油、砂糖、ごま油	牛乳、木綿豆腐、ハム、米みそ（淡色辛みそ）	グレープフルーツ、かぼちゃ、にんじん、コーン、きゅうり、なめこ、たまねぎ、きょうな	かつおだし汁、しょうゆ、酢	ジョア（白ブドウ） 牛乳 かぼちゃスコーン	エネルギー 479 kcal たんぱく質 15.8 g 脂　質 15.3 g カルシウム 307 mg
10（水）	たけのこご飯 親子煮 じゃが芋きんぴら きのこスープ	米、じゃがいも、砂糖、油	牛乳、卵、鶏もも肉、豚ひき肉、油揚げ、凍り豆腐	ぶどう濃縮果汁、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ごぼう、しめじ、えのきたけ、いんげん、さやえんどう、干ししいたけ、焼きのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳 牛乳 手作りぶどうゼリー せんべい	エネルギー 504 kcal たんぱく質 23.0 g 脂　質 18.7 g カルシウム 249 mg
11（木）	ロールパン 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ	米、ロールパン、マカロニ、マヨネーズ、砂糖、片栗粉、油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、鶏もも肉、チーズ、油揚げ、ごま	にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、かぶ、まいたけ、かぶ・葉、干ししいたけ、ひじき	ケチャップ、しょうゆ、酒、コンソメ、食塩	牛乳 牛乳 きつねおにぎり	エネルギー 481 kcal たんぱく質 21.8 g 脂　質 20.9 g カルシウム 316 mg
12（金）	ご飯 魚の磯部焼き 中華風和え物　　除去：かにかまぼこ みそ汁（さつま芋・玉葱・わかめ）	米、さつまいも、ホットケーキ粉、砂糖、小麦粉、油、ごま油	牛乳、かれい切身、卵、かにかまぼこ、バター、米みそ（淡色辛みそ）	もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、カットわかめ、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、酢	牛乳 牛乳 マドレーヌ 代替：パン	エネルギー 463 kcal たんぱく質 19.5 g 脂　質 14.7 g カルシウム 263 mg
13（土）	～お弁当～						エネルギー 0 kcal たんぱく質 0 g 脂　質 0 g カルシウム 0 mg
15（月）	ジャージャー麺 ごぼうサラダ ワンタンスープ バナナ	ゆで中華めん、ホットケーキ粉、油、砂糖、ワンタンの皮、片栗粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、ウインナー、豚肉(肩)、ベーコン、米みそ（淡色辛みそ）、すりごま、ごま	バナナ、もやし、たまねぎ、にんじん、ごぼう、たけのこ(ゆで)、こまつな、きゅうり、コーン、干ししいたけ、しょうが、ひじき	しょうゆ、酢、鶏がらスープの素、食塩、酒	牛乳 牛乳 アメリカンドック	エネルギー 528 kcal たんぱく質 21.7 g 脂　質 25.5 g カルシウム 274 mg
16（火）	ご飯 松風焼き 梅ドレッシング和え　　除去：ちくわ すまし汁（豆腐・えのき・浅月）	米、さつまいも、砂糖、小麦粉、油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、クリームチーズ、ちくわ、米みそ（淡色辛みそ）、ごま	もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、えのきたけ、あさつき、うめびしお、粉かんてん、あおのり	かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩	ジョア（白ブドウ） 麦茶 さつま芋チーズケーキ	エネルギー 424 kcal たんぱく質 17.2 g 脂　質 13.9 g カルシウム 226 mg
17（水）	ジューシーご飯 麩チャンプルー バナナ 若竹汁(ほうれん草・筍・葱)	米、小麦粉、アレルギー用マーガリン、砂糖、焼ふ、油	牛乳、卵、豚肉(肩)、木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳、きな粉、ごま	バナナ、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、ほうれんそう、たけのこ(ゆで)、ねぎ、いんげん、干ししいたけ、ひじき、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酒、昆布だし汁、食塩、鶏がらスープの素	牛乳 牛乳 きな粉とごまのクッキー	エネルギー 554 kcal たんぱく質 24.4 g 脂　質 24.2 g カルシウム 276 mg

2024年04月

献　立　表

あじさい保育園(完了アレルギー （12～15か月））

日／曜	献　立　名	材料名（昼食・3時おやつ） 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	10時おやつ / 3時おやつ	栄　養　価
18（木）	食パン 魚のオレンジソース焼き 春雨サラダ ポトフ	食パン、米、じゃがいも、マヨネーズ、はるさめ、油	牛乳、かじき、鶏もも肉、ベーコン	にんじん、キャベツ、たまねぎ、コーン、グリンピース、マーマレード、グリーンアスパラガス	ワイン（白）、しょうゆ、コンソメ、食塩	牛乳 牛乳 グリンピースおにぎり	エネルギー 496 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 20.0 g カルシウム 210 mg
19（金）	～先生たちのご当地飯～（園長先生）宮崎県 ご飯　切り干し大根 チキン南蛮　呉汁 千切りキャベツ	米、さつまいも、さといも、マヨネーズ、油、砂糖、片栗粉、小麦粉	牛乳、鶏もも皮付き切身、あずき（ゆで）、油揚げ、だいず水煮缶詰、白みそ、きな粉	にんじん、キャベツ、たまねぎ、だいこん、ねぎ、しめじ、ごぼう、切り干しだいこん、いんげん	かつおだし汁、しょうゆ、酢、酒	牛乳 牛乳 ねりくり	エネルギー 533 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 21.7 g カルシウム 267 mg
20（土）	焼うどん スープ ヨーグルト	ゆでうどん	ヨーグルト(加糖)			気になる野菜ジュース 麦茶 パン	エネルギー 229 kcal たんぱく質 8.1 g 脂質 3.1 g カルシウム 117 mg
22（月）	ご飯 魚の照焼 うま塩ナムル 長いもと生揚げのみそ汁	米、ながいも、砂糖、ごま油	牛乳、ヨーグルト（加糖）、さけ切身、生揚げ、ハム、米みそ（淡色辛みそ）	もやし、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、あさつき	かつおだし汁、しょうゆ、酒、鶏がらスープの素、食塩	牛乳 麦茶 ソフール元気 ビスケット	エネルギー 375 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 8.8 g カルシウム 257 mg
23（火）	コーンごはん 厚揚げのケチャップ炒め 中華スープ グレープフルーツ	さつまいも、米、砂糖、油、コーンスターチ、ごま油、むらさきいも	牛乳、豚肉(肩)、生揚げ、ハム、バター	たまねぎ、グレープフルーツ、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、コーン、しめじ、きょうな、干しぶどう	ケチャップ、中濃ソース、鶏がらスープの素、酒、食塩	ジョア（白ブドウ） 牛乳 スイートポテト	エネルギー 459 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 13.6 g カルシウム 351 mg
24（水）	ロールパン ポテトオムレツ キャロットサラダ コーンスープ	米、ロールパン、じゃがいも、砂糖、オリーブ油、油、コーンスターチ	牛乳、豆乳、卵、ツナ油漬缶、ベーコン、鶏ひき肉、ごま	にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、コーン、ほうれんそう、赤ピーマン、刻みこんぶ、粉かんてん	ケチャップ、しょうゆ、りんご酢、酒、コンソメ、食塩、パセリ粉	牛乳 牛乳 そぼろ昆布おにぎり	エネルギー 494 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 21.7 g カルシウム 256 mg
25（木）	ポークカレー ひじきサラダ わかめスープ バナナ	米、じゃがいも、油、砂糖	ジョア　白ブドウ、牛乳、豚肉(肩)、鶏もも肉	たまねぎ、キャベツ、、にんじん、だいこん、かぼちゃ、きゅうり、ひじき、粉かんてん、カットわかめ	かつおだし汁、カレールウ、しょうゆ、酢、食塩	牛乳 ジョア(白ブドウ) 野菜スティック煮（大根・かぼちゃ） せんべい	エネルギー 475 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 16.2 g カルシウム 282 mg
26（金）	ご飯 魚のコーンマヨネーズ焼き 大根と人参の甘酢和え みそ汁（なめこ・玉ねぎ・わかめ）	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、油	牛乳、たら切身、豆乳、ハム、チーズ、米みそ（淡色辛みそ）	たまねぎ、だいこん、きゅうり、なめこ、クリームコーン缶、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ	かつおだし汁、酢、食塩、パセリ粉	牛乳 牛乳 ほうれん草蒸しパン	エネルギー 453 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 14.3 g カルシウム 270 mg
27（土）	炊込みピラフ スープ ゼリー	米、ロールパン				気になる野菜ジュース 麦茶 パン	エネルギー 0 kcal たんぱく質 0 g 脂質 0 g カルシウム 0 mg
30（火）	ご飯 山賊焼き グリーンサラダ　除去：かにかまぼこ みそ汁(じゃが芋・人参・わかめ)	米、干しそうめん、じゃがいも、オリーブ油、砂糖、油	牛乳、鶏もも皮付き切身、ツナ油漬缶、かにかまぼこ、米みそ（淡色辛みそ）	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、グリーンアスパラガス、りんご、あおのり、にんにく、しょうが、カットわかめ	かつおだし汁、中濃ソース、しょうゆ、りんご酢、酒、食塩	ジョア（白ブドウ） 牛乳 煮ソーメン	エネルギー 437 kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 12.7 g カルシウム 275 mg

※3～5歳児には午前中のおやつはつきません

※3～5歳児には給食に牛乳がつきます(代替は豆乳です)

※給食・おやつに使うパンは、乳使用のヤマザキのロイヤルブレッド食パン、パスコの超熱ロールまたは卵・乳不使用のロールパンを使用しています

※カレールーはアレルギー27品目不使用の物を使用します

※食材の関係で献立が変更になることがあります

※魚・青魚アレルギー弁当持参になります　※魚・青魚アレルギー除去食になります

※卵アレルギー弁当持参になります　※卵アレルギー除去食になります

※乳・乳製品アレルギー弁当持参になります　※乳・乳製品アレルギー除去食になります

※大豆・大豆製品アレルギー弁当持参になり　※大豆・大豆製品アレルギー除去食になります

＊　除去食になります

保護者確認欄

印