

## 子どもたちの健康を支える「給食」

乳幼児期の食事は、子どもの体を作り、心を育て、「生きる力の基礎」を育みます。園では健康的な食事を「安全」に「おいしく」食べられるよう、様々な工夫をしています。

### ★給食の栄養

子どもに必要なエネルギー量と栄養素量は、国が基準を示しています。給食では、この「基準」に合わせて献立を作成しています。

バランスよく摂取したい食材

- ・体を動かす基となるごはんなど(炭水化物)
- ・体を作る肉、魚、卵、大豆製品など(たんぱく質)
- ・体の調子を整える野菜、果物、きのこなど(ビタミン・ミネラル)

摂り過ぎに注意したい食材

- ・砂糖
- ・塩

園の献立表からわかること

- 使用されている食材
- 必要な栄養素を補うことができる食材の組み合わせ
- 子どもが無理なく食べ進めることができる料理の組み合わせ



### ★安全に配慮した給食

#### 1・食中毒予防

子どもたちに安全な給食を提供するために、国のガイドラインに沿った衛生管理を行っています。各工程で、決められた内容を実施し、記録しながら作業を行うことで安全性を高めています。

入荷日時記録  
温度確認記録

納入業者・食材の品質管理

職員の手洗管理  
職員の手洗管理  
職員の手洗管理

調理室での衛生管理

調理時の加熱の徹底(殺菌)

#### 2・誤嚥予防

食べ物による誤嚥や窒息の原因は、食べ物の形状だけでなく、子どもの「食べ方」や「行動」が原因となることがあります。園では、食べ物の硬さや大きさに注意するとともに、安全に食べられるように丁寧に食事支援を行っています。

作る側

食べる側

・安全に食べられる切り方 ・柔らかく煮る ・とろみでまとめる

・気持ち切り替える ・正しい姿勢 ・水分をとりながら食べる

### ★心理的・感覚的な要素への働きかけ

#### 1・食体験の繰り返し

心理学では、繰り返し刺激にさらされると、その刺激に親近感が増すことがわかっています。給食においても、「見るだけ」「触れるだけ」といった行動も大切にしながら、健康的なものをおいしいと感じられる嗜好の獲得をめざしています。

#### 2・「うま味」「風味」の活用

和食の「だし」は、日本人にとって親しみがあり、安心感を与えます。給食では、この「だし」のうま味と風味を十分に活用して、様々な食材・料理をおいしく食べられるように工夫しています。

#### 3・空腹を感じるリズムづくり

おいしく食べるためには、空腹を感じ、それを満たす心地よさを知ることが大切です。園では、規則正しい生活の中で、体を十分に動かすことができる時間を設けています。

#### 4・食べることに集中できる環境づくり

不快な刺激(温度・湿度)や、食事以外の刺激(遊び)を減らして、食事に集中できるような環境づくりを心がけています。

### ★食べやすさへの配慮

#### 1・新鮮な食材の使用

子どもの味覚はとても敏感です。鮮度が落ちて、魚の生臭さ、肉の獣臭さを強く感じたり、野菜のえぐ味が増すと、子どもたちは敬遠します。給食では食材本来のおいしさを十分に味わってもらうために、食材の「鮮度」を大切にしています。

#### 2・咀嚼・嚥下機能の発達に合わせた食事の提供

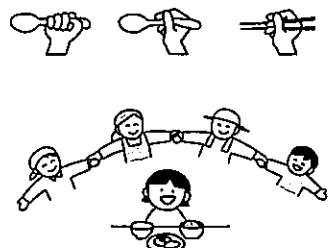
歯が生えそろっても噛む力が十分でない子どもは、噛み疲れて食べ飽きてしまうことがあります。食材や料理のおいしさを十分に味わうことができるように、年齢に合わせた形態で提供しています。また、料理の組み合わせにも配慮しています。

#### 3・一人ひとりの発達に合わせた食具の選択

食具の使用ペースには個人差があります。「みんな一緒」ではなく、それぞれの子どもの成長に合わせて進めます。子どもの身体機能の発達に配慮するとともに、子どもの自立心の芽生え、自主的に食べようとする姿も尊重しながら支援しています。

### ★食べる意欲を育てる働きかけ

友達との会話や、友達が食べる姿を見ること、そして保育士の態度や励ましは、子どもの「食べてみよう！」という気持ちを育みます。また、実際に食事づくりに関わったり、給食を作る人と触れ合うことも大切にしています。



令和6年4月 離乳食献立表



日付	後期 昼食	後期 間食	材料名	中期食	材料名
01月	軟飯 クリームシチュー キャベツのソテー	おかし	米、水、/ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、無調整豆乳、水、食塩、米粉、/キャベツ、コーン缶、油、しょうゆ、/乳児用菓子、	7倍がゆ クリームシチュー キャベツのソテー	米、水、/ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、無調整豆乳、水、食塩、米粉、/キャベツ、コーン缶、油、しょうゆ、
02火	軟飯 豆腐のそぼろ煮 野菜スティック	バナナとおかし	米、水、/木綿豆腐、鶏ささみミンチ、たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、みそ、砂糖、片栗粉、/きゅうり、にんじん、昆布だし汁、/バナナ、乳児用菓子、	7倍がゆ 豆腐のそぼろ煮 野菜のだし煮	米、水、/木綿豆腐、鶏ささみミンチ、たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、みそ、砂糖、片栗粉、/きゅうり、にんじん、昆布だし汁、
03水	軟飯 みそ汁 白身魚の野菜あんかけ	蒸しケーキ	米、水、/だいこん、こまつな、昆布だし汁、みそ、/かれない、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、水、	7倍がゆ みそ汁 白身魚の野菜あんかけ	米、水、/だいこん、こまつな、昆布だし汁、みそ、/かれない、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
04木	軟飯 鶏肉とじゃがいもの煮物 野菜スティック	おかし	米、水、/鶏ささ身、じゃがいも、たまねぎ、コーン缶、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、/にんじん、きゅうり、昆布だし汁、/乳児用菓子、	7倍がゆ 鶏肉とじゃがいもの煮物 野菜のだし煮	米、水、/鶏ささ身、じゃがいも、たまねぎ、コーン缶、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、/にんじん、きゅうり、昆布だし汁、
05金	軟飯 野菜のそぼろあん かぼちゃの煮物	おかし	米、水、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、スナップえんどう、油、しょうゆ、片栗粉、/かぼちゃ、昆布だし汁、/乳児用菓子、	7倍がゆ 野菜のそぼろあん かぼちゃの煮物	米、水、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、スナップえんどう、油、しょうゆ、片栗粉、/かぼちゃ、昆布だし汁、
06土	煮込みめん	おかし	乾めん、鶏ささみミンチ、にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁、しょうゆ、/乳児用菓子、	煮込みめん	乾めん、鶏ささみミンチ、にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁、しょうゆ、
08月	軟飯 まろやかみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	おかし	米、水、/木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、無調整豆乳、みそ、/鶏ささみミンチ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、/乳児用菓子、	7倍がゆ まろやかみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	米、水、/木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、無調整豆乳、みそ、/鶏ささみミンチ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、
09火	軟飯 野菜コーンスープ 鶏肉の照り煮	おかし	米、水、/チンゲンサイ、たまねぎ、クリームコーン缶、無調整豆乳、水、食塩、片栗粉、/鶏ささ身、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/乳児用菓子、	7倍がゆ 野菜コーンスープ 鶏肉の照り煮	米、水、/チンゲンサイ、たまねぎ、クリームコーン缶、無調整豆乳、水、食塩、片栗粉、/鶏ささ身、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
10水	煮込みスパゲティ キャベツのお浸し	ゆかり軟飯	スパゲティ、鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、食塩、/キャベツ、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、/米、水、しそふりかけ、	トマトリゾット キャベツのお浸し	米、鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、水、ケチャップ、食塩、/キャベツ、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、
11木	軟飯 野菜スープ 野菜のそぼろあん	バナナとおかし	米、水、/チンゲンサイ、コーン缶、水、食塩、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、油、しょうゆ、片栗粉、/バナナ、乳児用菓子、	7倍がゆ 野菜スープ 野菜のそぼろあん	米、水、/チンゲンサイ、コーン缶、水、食塩、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、油、しょうゆ、片栗粉、
12金	軟飯 みそ汁 さけの炒め煮	おかし	米、水、/キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、みそ、/さけ、油、にんじん、グリーンピース、水、しょうゆ、/乳児用菓子、	7倍がゆ みそ汁 さけの炒め煮	米、水、/キャベツ、カットわかめ、昆布だし汁、みそ、/さけ、油、にんじん、グリーンピース、水、しょうゆ、
13土	煮込みめん	おかし	乾めん、ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、/乳児用菓子、	煮込みめん	乾めん、ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、
15月	軟飯 みそ汁 野菜とツナの煮物	蒸しパン	米、水、/木綿豆腐、チンゲンサイ、昆布だし汁、みそ、/ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油、	7倍がゆ みそ汁 野菜とツナの煮物	米、水、/木綿豆腐、チンゲンサイ、昆布だし汁、みそ、/ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
16火	軟飯 野菜スープ ケチャップ煮	おかし	米、水、/キャベツ、コーン缶、にんじん、昆布だし汁、食塩、/鶏ささみミンチ、じゃがいも、たまねぎ、ケチャップ、食塩、砂糖、/乳児用菓子、	7倍がゆ 野菜スープ ケチャップ煮	米、水、/キャベツ、コーン缶、にんじん、昆布だし汁、食塩、/鶏ささみミンチ、じゃがいも、たまねぎ、ケチャップ、食塩、砂糖、

日付	後期 昼食	後期 間食	材料名	中期食	材料名
17 水	軟飯 豆腐とわかめのスープ 鶏肉と野菜の煮物	おかし	米、水、/木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、/鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ、片栗粉、/乳児用菓子、	7倍がゆ 豆腐とわかめのスープ 鶏肉と野菜の煮物	米、水、/木綿豆腐、カットわかめ、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、/鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、油、しょうゆ、片栗粉、
18 木	軟飯 すまし汁 白身魚の野菜あんかけ	かぼちゃの茶巾	米、水、/焼豆、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、/かれい、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/かぼちゃ、砂糖、	7倍がゆ すまし汁 白身魚の野菜あんかけ	米、水、/焼豆、昆布だし汁、しょうゆ、食塩、/かれい、ほうれんそう、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
19 金	軟飯 みそ汁 豆腐のそぼろ煮	バナナとおかし	米、水、/かぼちゃ、昆布だし汁、みそ、/木綿豆腐、鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/バナナ、乳児用菓子、	7倍がゆ みそ汁 豆腐のそぼろ煮	米、水、/かぼちゃ、昆布だし汁、みそ、/木綿豆腐、鶏ささみミンチ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
20 土	軟飯 野菜とツナのアんかけ	おかし	米、水、/ツナ水煮缶、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、油、しょうゆ、米粉、/乳児用菓子、	7倍がゆ 野菜とツナのアんかけ	米、水、/ツナ水煮缶、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、油、しょうゆ、米粉、
22 月	軟飯 野菜スープ ツナと野菜の煮物	いちご蒸しケーキ	米、水、/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩、/ツナ水煮缶、ほうれんそう、キャベツ、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/ホットケーキ粉、小麦粉、水、油、いちごジャム、	7倍がゆ 野菜スープ ツナと野菜の煮物	米、水、/じゃがいも、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁、食塩、/ツナ水煮缶、ほうれんそう、キャベツ、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
23 火	煮込みめん バナナ	きなこ入り軟飯	乾めん、鶏ささみミンチ、にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁、しょうゆ、/バナナ、/米、きな粉、砂糖、	煮込みめん	乾めん、鶏ささみミンチ、にんじん、ほうれんそう、昆布だし汁、しょうゆ、
24 水	軟飯 みそ汁 かれいの煮つけ	おかし	米、水、/木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、みそ、/かれい、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/乳児用菓子、	7倍がゆ みそ汁 かれいの煮つけ	米、水、/木綿豆腐、こまつな、昆布だし汁、みそ、/かれい、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
25 木	軟飯 まるやかみそ汁 野菜のそぼろあん	バナナ蒸しパン	米、水、/だいこん、昆布だし汁、無調整豆乳、みそ、/鶏ささみミンチ、にんじん、コーン缶、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、バナナ、油、	7倍がゆ まるやかみそ汁 野菜のそぼろあん	米、水、/だいこん、昆布だし汁、無調整豆乳、みそ、/鶏ささみミンチ、にんじん、コーン缶、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖、片栗粉、
26 金	軟飯 ケチャップ煮 野菜スティック	いちごパンケーキ	米、水、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、コーン缶、ピーマン、ケチャップ、食塩、砂糖、/にんじん、昆布だし汁、/ホットケーキ粉、小麦粉、いちごジャム、水、油、	7倍がゆ ケチャップ煮	米、水、/鶏ささみミンチ、たまねぎ、コーン缶、にんじん、ピーマン、ケチャップ、食塩、砂糖、
27 土	煮込みめん	おかし	乾めん、ツナ水煮缶、チンゲンサイ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、/乳児用菓子、	煮込みめん	乾めん、ツナ水煮缶、チンゲンサイ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、
30 火	軟飯 みそ汁 野菜とツナのアんかけ	マカロニきな粉	米、水、/こまつな、カットわかめ、昆布だし汁、みそ、/ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、/マカロニ、きな粉、砂糖、	7倍がゆ みそ汁 野菜とツナのアんかけ	米、水、/こまつな、カットわかめ、昆布だし汁、みそ、/ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖、片栗粉、

- ★ 給食で提供する食材は、ご家庭で事前にお試しいただきますようご協力をお願い致します。
- ★ だし汁は昆布と野菜でとったものを使用しています。
- ★ 乾めんは、その時の仕入れの状況により干しうどん・干しそうめん・ビーフンのどれかを使用します。
- ★ 後期食の午前の間食はおかし（赤ちゃんせんべい等）を提供しています。
- ★ 仕入れの状況などにより献立や使用する食材を変更することがあります。

組 氏名



日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
		黄	赤	緑	その他	
		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	その他	
01 月	昼食 食パン クリームシチュー キャベツのソテー パイン缶	食パン じゃがいも、米粉、油 油	鶏もも肉、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、アスパラガス キャベツ、コーン缶 パイン缶	洋風だしの素、塩 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 おかかおにぎり	米	牛乳	のり	しょうゆ	
02 火	昼食 御飯 マーボー豆腐 はるさめの中華和え バナナ	米 片栗粉、ごま油、砂糖 はるさめ、砂糖、ごま油	豆腐、豚ひき肉、みそ ハム	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが きゅうり、コーン缶 バナナ	酒、しょうゆ、中華だしの素 しょうゆ、りんご酢	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 おかし	おかし	牛乳			
03 水	昼食 御飯 みそ汁(だいこん・あげ) かじきの煮付け 青菜のごま和え	米 砂糖 すりごま	みそ、油揚げ かじき	だいこん、ねぎ しょうが ほうれんそう、にんじん、こまつな	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒 しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ココアマールケーキ	小麦粉、砂糖、無塩バター	牛乳		ベーキングパウダー、ココア	
04 木	昼食 チキンカレー マカロニサラダ もも缶	米、じゃがいも、油 マカロニ、マヨネーズ	鶏もも肉 ツナ缶	たまねぎ、にんじん きゅうり、コーン缶 黄桃缶	カレールウ 塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ミルククリームサンド	砂糖、コーンスターチ、コッペパン	牛乳			
05 金	昼食 御飯 みそ汁(なめこ・ねぎ) 豚肉と野菜のごま炒め かぼちゃの煮物	米 ごま、油 砂糖	みそ、油揚げ 豚ロース肉	なめこ、ねぎ たまねぎ、にんじん、スナップエンドウ、にんじん、しょうが かぼちゃ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒 昆布だし汁、しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 カップゼリーとおかし	りんごゼリー、おかし	牛乳			
06 土	昼食 煮込みうどん みかん缶	うどん	鶏もも肉	ほうれんそう、にんじん、しめじ、ねぎ みかん缶	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	食パン、おかし おかし	牛乳			
08 月	昼食 御飯 まるやかみそ汁(豆腐・青菜) 肉じゃが スティックチーズ	米 じゃがいも、砂糖、油	豆腐、無調整豆乳、みそ 豚ロース肉 チーズ	こまつな、えのきたけ たまねぎ、にんじん、グリーンピース	かつお・昆布だし汁 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 フルーツミックスとおかし	おかし	牛乳	もも缶(黄桃)、パイン缶、みかん缶		
09 火	昼食 御飯 野菜コーンスープ 鶏肉の照り焼き 切干大根の中華和え	米 片栗粉 砂糖、片栗粉 ごま油、砂糖	無調整豆乳 鶏もも肉	クリームコーン、たまねぎ、チンゲンサイ しょうが にんじん、きゅうり、切り干しだいこん	中華だしの素、塩 しょうゆ、酒、塩 しょうゆ、りんご酢	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 クリームパン		牛乳			
10 水	昼食 ミートスパゲティ コールスローサラダ パイン缶	スパゲティ、米粉、砂糖、油 マヨネーズ、砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉	たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、コーン缶 パイン缶	ケチャップ、ソース、しょうゆ、塩 りんご酢、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 だけのこの混ぜご飯	米、砂糖	牛乳	油揚げ	にんじん、たけのこ	
11 木	昼食 豚炒め丼 はるさめスープ バナナ	米、片栗粉、ごま、油 はるさめ	豚ロース肉	たまねぎ、キャベツ、スナップエンドウ、にんじん、ねぎ、しょうが チンゲンサイ、コーン缶 バナナ	しょうゆ、酒、みりん 中華だしの素、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 じゃこトースト	マヨネーズ、食パン	牛乳	しらす干し、粉チーズ	あおのり	

日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
		黄	赤	緑	その他	
		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	その他	
12 金	昼食 御飯 みそ汁(キャベツ・えのき) さけのムニエル ひじきの煮物	米 小麦粉、油 砂糖、油	みそ さけ 油揚げ	キャベツ、えのきたけ、わかめ にんじん、ひじき、グリーンピース	かつお・昆布だし汁 塩 しょうゆ、みりん、かつお・昆布だし汁	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 プリン おかし(幼児クラスのみ)	プリン おかし	牛乳			
13 土	昼食 焼きそば もも缶	焼きそばめん、油	豚ロース肉	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、あおのり 黄桃缶	焼きそばソース、酒	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	食パン、おかし おかし	牛乳			
15 月	昼食 御飯 みそ汁(豆腐・チンゲン菜) 鶏の唐揚げ キャベツのゆかり和え	米 片栗粉、油、砂糖	豆腐、みそ、油揚げ 鶏もも肉	チンゲンサイ にんにく、しょうが キャベツ、にんじん、きゅうり	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒、塩 しょうゆ、しそふりかけ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 ヨーグルトケーキ	小麦粉、砂糖、無塩バター	牛乳	牛乳、ヨーグルト	ベーキングパウダー	
16 火	昼食 食パン コンソメスープ(キャベツ・コーン) ポークチャップ 粉ふき芋(あおのり)	食パン 砂糖、油、片栗粉 じゃがいも	豚ロース肉	キャベツ、にんじん、コーン缶 たまねぎ あおのり	洋風だしの素、塩 ケチャップ、ソース、酒、塩 塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 わかめおにぎり	米	牛乳		のり、わかめふりかけ	
17 水	昼食 中華丼 豆腐とわかめのスープ スティックチーズ	米、片栗粉、ごま油、砂糖	豚ロース肉 豆腐 チーズ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、しょうが、にんにく ねぎ、わかめ	しょうゆ、中華だしの素、塩 中華だしの素、しょうゆ、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 おかし	おかし	牛乳			
18 木	昼食 御飯 すまし汁(麩・えのき) さわらのみそ漬焼き ほうれん草のナムル	米 麩 砂糖、すりごま ごま油		えのきたけ、ねぎ さわら、みそ ほうれんそう、にんじん、もやし	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、塩 酒、みりん しょうゆ	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 かぼちゃスコーン	小麦粉、無塩バター、砂糖	牛乳	牛乳	かぼちゃ ベーキングパウダー	
19 金	昼食 ゆかりごはん みそ汁(かぼちゃ・切干) 肉豆腐 バナナ	米、ごま 砂糖	みそ 焼き豆腐、豚ロース肉、豆腐	かぼちゃ、切り干しだいこん たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しょうが バナナ	しそふりかけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 かみかみおやつ(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	おかし	牛乳			
20 土	昼食 野菜そぼろ丼 パイン缶	米、油、米粉、ごま油	豚ひき肉	たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、コーン缶 パイン缶	しょうゆ、酒、塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 パンとおかし(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	食パン、おかし おかし	牛乳			
22 月	昼食 御飯 コンソメスープ(じゃがいも・たまねぎ) 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草のソテー	米 じゃがいも 片栗粉、砂糖 油	鶏もも肉 ベーコン	たまねぎ、にんじん マーマレードジャム ほうれんそう、キャベツ	洋風だしの素、塩、パセリ粉 しょうゆ、塩 塩	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 いちごとチーズのケーキ	ホットケーキミックス、油	牛乳、クリームチーズ		いちごジャム	
23 火	昼食 五目うどん ひじきと高野豆腐の炒め煮 バナナ	うどん 砂糖、油	鶏もも肉、かまぼこ、油揚げ ツナ缶、凍り豆腐	ほうれんそう、しいたけ にんじん、グリーンピース、ひじき バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん、かつお・昆布だし汁	牛乳 おかし
	午後おやつ 牛乳 きなこおはぎ	米、もち米、砂糖	牛乳	きな粉		

日 曜	献立	材 料 名				午前おやつ (0~2歳 児のみ)
		黄	赤	緑	その他	
		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		
24 水	昼食 御飯 みそ汁(豆腐・青菜) さばの香味焼き 切干大根の旨煮 午後おやつ 牛乳 おかし	米 砂糖 砂糖 おかし	豆腐、みそ さば 油揚げ 牛乳	こまつな、えのきたけ しょうが、レモン果汁 にんじん、いんげん、切り干しだいこん	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	牛乳 おかし
25 木	昼食 三色そばろ丼 まろやかみそ汁 スティックチーズ 午後おやつ 牛乳 バナナ蒸しパン(ココア)	米、砂糖、油、ごま油 小麦粉、砂糖、油	鶏ひき肉 無糖醤油、みそ、油揚げ チーズ 牛乳 牛乳	ほうれんそう、にんじん、コーン缶、しょうが だいこん、ねぎ バナナ	しょうゆ、酒 かつお・昆布だし汁 ココア、ベーキングパウダー	牛乳 おかし
26 金	昼食 ドライカレー アスパラのサラダ もも缶 午後おやつ のむヨーグルト 誕生日ケーキ	米、油 マヨネーズ ケーキ	豚ひき肉 ハム のむヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが アスパラガス、コーン缶、レモン果汁 黄桃缶	カレールウ、ケチャップ しょうゆ	牛乳 おかし
27 土	昼食 スープそば みかん缶 午後おやつ 牛乳 パンとおかし(幼児クラス) おかし(乳児クラス)	中華めん、油、片栗粉 食パン、おかし おかし	豚ロース肉 牛乳	チンゲンサイ、にんじん、もやし、ねぎ みかん缶	しょうゆ、中華だしの素	牛乳 おかし
30 火	昼食 菜飯ごはん みそ汁(こまつな・えのき) 豚しゃぶのごまだれ パイン缶 午後おやつ 牛乳 マカロニきな粉	米 ねりごま、砂糖、すりごま マカロニ、砂糖	みそ、油揚げ 豚ロース肉 きな粉	こまつな、えのきたけ キャベツ、にんじん、きゅうり、わかめ、しょうが パイン缶	ふりかけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ、りんご酢、酒	牛乳 おかし

- ★ 午前おやつは乳児クラス(もも組、さくら組、すみれ組、保育ルーム)のみの提供になります。
- ★ マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
- ★ 都合により献立を変更する場合があります。

## 組 氏名

ご入園・ご進級おめでとうございます

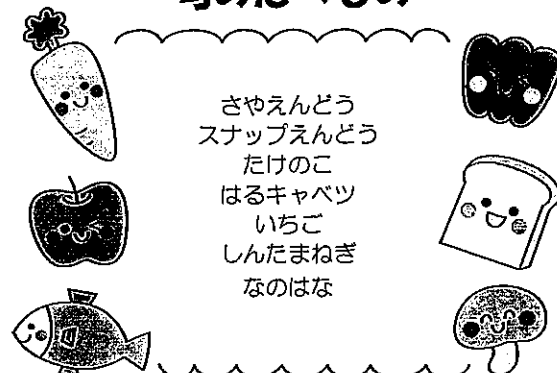
4月は新しい生活にまだ慣れない中での給食になりますが、少しずつ食べられる量や食材の種類を増やしていきけるよう、献立作成・メニューの考案を行っていきたく思います。また、調理室では安全でおいしい給食づくりを行っていきます。

園で食物アレルギーの発症を防ぐため、毎月配布する献立表をご確認いただき、給食で提供する食材はご家庭で事前にお試しいただきますようお願い致します。

今年度もよろしくお願致します。

栄養士 山本

## 旬のたべもの



さやえんどう  
スナップえんどう  
たけのこ  
はるキャベツ  
いちご  
しんたまねぎ  
なのはな

