



日時	食	材料の種類と体内での働き			エネルギー Kcal	
		きいろ(エネルギーのもとになる)	あか(体をつくる)	みどり(体の弱さをとる)		
4/11 木	★ ハヤシライス	★ 大根サラダ ★ オレンジ ★ 牛乳	こめ じゃがいも あぶら ほやしー さとう	ぎゅうにく ういんな ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ とまとみずに いんげん だいこん きゃべつ きゅうり おれんじ	424 Kcal
4/12 金	ごはん	★ 魚のねぎみそ焼き ★ 小松菜のお浸し ★ 大根の炒め煮 すまし汁 牛乳	こめ さとう あぶら ふ	くろめぼる ぶたにく ぎゅうにゅう	ねぎ しょうが こまつな だいこん にんじん ごぼう たまねぎ はくさい みつば	403 Kcal
4/15 月	★ 五目うどん	★ ごぼうの甘辛 ★ キャベツのみそドレサラダ いちご 牛乳	うどん かたくりこ あぶら さとう こま	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん はくさい ねぎ ごぼう こまつな きゃべつ きゅうり いちご	411 Kcal
4/16 火	青菜ごはん	★ 白菜のシチュー ★ れんこんソテー ★ 野菜サラダ チーズ	こめ じゃがいも ほわいとー あぶら さとう	とりにく すきむろく つなみずに ちーず	こまつな にんじん たまねぎ はくさい ちんげんさい れんこん ぶろっこりー だいこん きゃべつ きゅうり ーん	405 Kcal
4/17 水	ごはん	★ 牛肉と厚揚げの煮物 ★ しおっぺ和え みそ汁 オレンジ 牛乳	こめ さとう じゃがいも	ぎゅうにく あつあげ ちくわ しおこんぶ ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ にんじん しいたけ きぬさや きゃべつ きゅうり こまつな みずな おれんじ	406 Kcal
4/18 木	ごはん	★ タンドリーチキン ★ ひじきサラダ みそ汁 牛乳	こめ あぶら さとう たまごなしまよねーず	とりにく よーくると ひじき ういんな ぎゅうにゅう	しょうが きゅうり にんじん ぶろっこりー はくさい たまねぎ ほうれんそう しいたけ	455 Kcal
4/19 金	★ そぼろ丼	★ ブロッコリーのみそ和え ★ 焼きししゃも(2歳 かわいい) ★ コーン豆腐スープ 牛乳	こめ さとう じゃがいも	とりにく ししゃも(2歳 かわいい) ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶろっこりー きゃべつ くりーむーん ちんげんさい	406 Kcal
4/22 月	ごはん	★ 春野菜のポトフ ★ スパゲティソテー ★ ブロッコリーの和え物 牛乳	こめ じゃがいも すばげてい あぶら	とりにく ぶたにく しらすほし ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん きゃべつ すなっぶえんどう ひーまん とまとみずに ぶろっこりー	412 Kcal
4/23 火	人蔘ごはん	★ 魚の極かつお焼き ★ キャベツのごま和え ★ 豚肉と玉ねぎのみそ汁 牛乳	こめ さとう こま	さば かつおぶし ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん うめほし きゃべつ こまつな はくさい たまねぎ いんげん	423 Kcal
4/24 水	★ カレーライス	★ 野菜サラダ ★ 鶏肉のレモン風味 デザート	こめ あぶら じゃがいも かれーー こむぎこ こまあぶら さとう ぜりー	ぎゅうにく とりにく	たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ れもん ぶろっこりー きゅうり きゃべつ ーん	445 Kcal
4/25 木	ごはん	★ 鶏肉のトマトソースからめ ★ ビーフソテー ★ ボイルブロッコリー みそ汁 牛乳	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ひーふん	とりにく ういんな わかめ ぎゅうにゅう	しょうが ばせり とまとみずに びーまん あかびーまん きゃべつ ぶろっこりー だいこん にんじん えのきだけ	456 Kcal
4/26 金	★ 中華丼	★ しらすとほうれん草のサラダ ★ 焼きポテト ★ チキンスープ 牛乳	こめ あぶら かたくりこ さとう じゃがいも	ぶたにく しらすほし とりにく ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ にんじん きくらげ ちやし ほうれんそう だいこん ばせり きゃべつ ちんげんさい	439 Kcal
4/29 月	昭和の日					
4/30 火	炊き込みごはん	★ 魚の野菜あんかけ ★ じゃがいもの炒め煮 ★ みそ汁 牛乳	こめ こむぎこ かたくりこ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく ふ	とりにく あぶらあげ さば ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	ゆでたけの にんじん たまねぎ いんげん きくらげ きゃべつ だいこん	421 Kcal

毎月19日は食育の日
テーマを持ったメニュー
が出来ます。4月は★よく
かんで、お友達と楽しく
食べましょう。

※材料の都合により献立が変更する場合があります。 あらかじめご了承ください。

★ カミカミマーク ★

噛み応えのある食材を使った献立に表
示しています。
すぐに飲み込みます、しっかり噛んで食
べる習慣をつけましょう。
まずは一口30回を目標に!

♪ ご入園・ご進級おめでとうございます!

給食を提供させていただきます、一富士フード
サービス株式会社です。園児の皆さんが楽しみ
にしてくれるような、おいしく楽しい給食を
提供できるよう、従業員一同がんばります。
よろしく願いいたします。

日時	昼食	材料の種類と体内での働き			午後のおやつ
		きいろ(エネルギーのもとになる)	あか(体をつくる)	みどり(体の働きをととのえる)	
4/1 月	ごはん ★ 肉じゃが ★ 鮭の塩焼き ★ ほうれん草の和え物 みそ汁 牛乳	こめ じゃがいも さとう あぶら こんにゃく	ぶたにく さけ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん えだまめ ほうれんそう きゃべつ だいこん はくさい えのきだけ ねぎ	ジャムサンド
4/2 火	ごはん ★ 鶏肉の照り焼き ★ ツナサラダ みそ汁 オレンジ 牛乳	こめ さとう あぶら	とりにく つなみず とうふ ぎゅうにゅう	きゃべつ きゅうり にんじん たまねぎ ほうれんそう おれんじ	おにぎり いりこ
4/3 水	人参ごはん ★ 豚肉のしょうが焼き ★ マカロニサラダ みそ汁 煮魚	こめ さとう まかろに たまごなしまよねーず	ぶたにく とりにく とうにゅう	にんじん たまねぎ しょうが きゅうり きゃべつ はくさい ぶとっこりー しいたけ	じゃがいもチーズ お焼き
4/4 木	ごはん ★ 納豆和え ★ 豚汁 バナナ 牛乳	こめ さとう さつまいも	あかうお なっとう ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	ねぎ しょうが きゃべつ こまつな にんじん だいこん たまねぎ いんげん ばなな	きな粉トースト
4/5 金	マーボ丼 ★ ポテトサラダ ★ キャベツのスープ いちご 牛乳	こめ かたくりこ あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら	ぶたにく とうふ とりにく ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ ぶろっこりー ーん きゃべつ だいこん いら いちご	ジャム蒸しパン
4/6 土	入園式				
4/8 月	ごはん ★ 魚の若草焼き ★ フロccoliのソテー 焼きさつまいも みそ汁 牛乳	こめ こむぎこ あぶら たまごなしまよねーず さつまいも	さけ あぶらあげ ういんな ぎゅうにゅう	ほうれんそう たまねぎ ぶとっこりー にんじん きゃべつ はくさい ねぎ	オレンジゼリー ウエハース
4/9 火	わかめごはん ★ 肉豆腐 ★ 春雨の酢の物 みそ汁 バナナ 牛乳	こめ あぶら さとう はるさめ じゃがいも	わかめ ぎゅうにゅう とうふ とりにく ぎゅうにゅう	はくさい にんじん たまねぎ だいこん きゅうり ほうれんそう ばなな	さつまいもクッキー
4/10 水	ごはん ★ 鶏肉の甘酢あんかけ ★ ほうれん草のごま和え ★ 春野菜のみそ汁 牛乳	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ごま	とりにく ぎゅうにゅう	ほうれんそう はくさい にんじん たまねぎ きゃべつ ゆでだけのこ いんげん	肉みそおにぎり いりこ
4/11 木	★ ハヤシライス ★ 大根サラダ オレンジ 牛乳	こめ じゃがいも あぶら はやしるー さとう	ぎゅうにく ういんな ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ とまとみずに いんげん だいこん きゃべつ きゅうり おれんじ	卵サンド
4/12 金	ごはん ★ 魚のねぎみそ焼き ★ 小松菜のお浸し ★ 大根の炒め煮 すまし汁 牛乳	こめ さとう あぶら ふ	くろめばる ぶたにく ぎゅうにゅう	ねぎ しょうが こまつな だいこん にんじん ごぼう たまねぎ はくさい みつば	揚げパン
4/13 土	ごはん ★ 豚肉とじゃがいものみそ炒め 焼き鮭 ★ ほうれん草の甘酢和え すまし汁 牛乳	こめ じゃがいも あぶら さとう かたくりこ ごま	ぶたにく あつあげ さけ わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう きゃべつ だいこん えのきだけ	ヨーグルト クラッカー
4/15 月	★ 五目うどん ★ ごぼうの甘辛 ★ キャベツのみそドレサラダ いちご 牛乳	うどん かたくりこ あぶら さとう ごま	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん はくさい ねぎ ごぼう こまつな きゃべつ きゅうり いちご	麺ラスク
4/16 火	青菜ごはん ★ 白菜のシチュー ★ れんこんソテー ★ 野菜サラダ チーズ	こめ じゃがいも ほわいとるー あぶら さとう	とりにく すきむみるく つなみず ちーず	こまつな にんじん たまねぎ はくさい ちんげんさい れんこん ぶろっこりー だいこん きゃべつ きゅうり ーん	オレンジケーキ
4/17 水	ごはん ★ 牛肉と厚揚げの煮物 ★ しおっぺ和え みそ汁 オレンジ 牛乳	こめ さとう じゃがいも	ぎゅうにく あつあげ ちくわ しおこんぶ ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ にんじん しいたけ きぬさや きゃべつ きゅうり こまつな みすな おれんじ	から揚げおにぎり いりこ
4/18 木	ごはん ★ タンドリーチキン ★ ひじきサラダ みそ汁 牛乳	こめ あぶら さとう たまごなしまよねーず	とりにく よーぐると ひじき ういんな ぎゅうにゅう	しょうが きゅうり にんじん ぶろっこりー はくさい たまねぎ ほうれんそう しいたけ	じゃこチーズトースト
4/19 金	★ そぼろ丼 ★ フロccoliのみそ和え ★ 焼きししゃも (2歳かれない) ★ コーン豆腐スープ 牛乳	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま	こめ さとう とりにく ししゃも (2歳かれない) ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶろっこりー きゃべつ くりーむコーン ちんげんさい	スキムミルクケーキ
4/20 土	ふりかけごはん ★ 魚の焼き南蛮 ★ 豚肉とじゃがいもの煮物 みそ汁 バナナ 牛乳	こめ かつおぶりかけ かたくりこ こむぎこ あぶら さとう	あじ ぶたにく あつあげ ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん いんげん だいこん ごぼう たまねぎ ほうれんそう はくさい えのきだけ	ウエハース 野菜ジュース
4/22 月	ごはん ★ 春野菜のポトフ ★ スパゲティソテー ★ フロccoliの和え物 牛乳	こめ じゃがいも すばけてい あぶら	とりにく ぶたにく しらすばし ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん きゃべつ すなっぶえんどう ひーまん とまとみずに ぶろっこりー	ほうしパン
4/23 火	人参ごはん ★ 魚の梅かつお焼き ★ キャベツのごま和え ★ 豚肉と玉ねぎのみそ汁 牛乳	こめ さとう ごま	さば かつおぶし ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん うめほし きゃべつ こまつな はくさい たまねぎ いんげん	フルーツゼリー クラッカー
4/24 水	★ カレーライス ★ 野菜サラダ ★ 鶏肉のレモン風味 デザート	こめ あぶら じゃがいも かたくりこ こむぎこ ごまあぶら さとう ぜりー	ぎゅうにく とりにく	たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ れもん ぶろっこりー きゅうり きゃべつ ーん	人参カップケーキ
4/25 木	ごはん ★ 鶏肉のトマトソースからめ ★ ビーフソテー ★ ボイルフロccoli みそ汁 牛乳	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ひーふん	とりにく ういんな わかめ ぎゅうにゅう	しょうが ばせりー とまとみずに ひーまん あかひーまん きゃべつ ぶろっこりー だいこん にんじん えのきだけ	クラッカーサンド
4/26 金	★ 中華丼 ★ しらすとほうれん草のサラダ ★ 焼きポテト ★ チキンスープ 牛乳	こめ あぶら かたくりこ さとう じゃがいも	ぶたにく しらすばし とりにく ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ にんじん きくらげ もやし ほうれんそう だいこん ばせりー きゃべつ ちんげんさい	サクサク焼きドーナツ
4/27 土	★ スパゲティ ★ ポロネーゼ ★ わかめサラダ ★ 野菜スープ ★ オレンジ 牛乳	すばけてい みーとそーず あぶら さとう ごまあぶら じゃがいも	ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ひーまん とまとみずに きゃべつ きゅうり ーん はくさい いら おれんじ	ゼリー ウエハース
4/29 月	昭和の日				
4/30 火	炊き込みごはん ★ 魚の野菜あんかけ ★ じゃがいもの炒め煮 ★ みそ汁 牛乳	こめ こむぎこ かたくりこ あぶら さとう じゃがいも こんにゃく ぶ	とりにく あぶらあげ さば ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	ゆでだけの にんじん たまねぎ いんげん きくらげ きゃべつ だいこん	バナナマフィン

※材料の都合により献立が変更する場合があります。

★かみかみマーク 噛み応えのある食材を使った献立に表示しています。すぐに飲み込まず、噛むことの大切さを継続的に指導いたします。

4月のこんだて

日時	昼食	材料の種類と体内での働き			午前おやつ	午後のおやつ
		きいろ(エネルギーのもとになる)	あか(体をつくる)	みどり(体の働きをよくなる)		
4/1 月	ごはん ★ 肉じゃが ★ 鮭の塩麹焼き ★ ほうれん草の和え物 みそ汁	こめ じゃがいも さとう あぶら ごんにゃく	ぶたにく さけ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん えだまめ ほうれんそう きゃべつ だいこん はくさい えのきだけ ねぎ	菓子 牛乳	ジャムサンド
4/2 火	ごはん ★ 鶏肉の照り焼き ★ ツナサラダ みそ汁 オレンジ	こめ さとう あぶら	とりにく つなみず とうふ ぎゅうにゅう	きゃべつ きゅうり にんじん たまねぎ ほうれんそう おれんじ	菓子 牛乳	おにぎり いりこ
4/3 水	人参ごはん ★ 豚肉のしょうが焼き ★ マカロニサラダ みそ汁	こめ さとう まかろに たまごなしまよねーず	ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ しょうが きゅうり きゃべつ はくさい ぶとっこりー しいたけ	菓子 牛乳	じゃがいもチーズ お焼き
4/4 木	ごはん ★ 煮魚 ★ 納豆お焼き ★ 豚汁 ★ パナナ	こめ さとう さつまいも こむぎこ	あかうお なとう ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう	ねぎ しょうが きゃべつ こまつな にんじん だいこん たまねぎ いんげん ばなな	菓子 牛乳	おにぎり
4/5 金	マーボ丼 ★ ボテトサラダ ★ キャベツのスープ いちご	こめ かたくりこ あぶら じゃがいも さとう こまあぶら	ぶたにく とうふ とりにく ーそぼろ ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ ぶろっこりー こーん きゃべつ だいこん いら いちご	菓子 牛乳	ジャム蒸しパン
4/6 土	入園式					
4/8 月	ごはん ★ 魚の香草焼き ★ ブロッコリーのソテー 焼きさつまいも みそ汁	こめ こむぎこ あぶら たまごなしまよねーず さつまいも	さけ あぶらあげ ういんな ぎゅうにゅう	ほうれんそう たまねぎ ぶとっこりー にんじん きゃべつ はくさい ねぎ	菓子 牛乳	オレンジゼリー ウエハース
4/9 火	わかめごはん ★ 肉豆腐 ★ 春雨の酢の物 みそ汁 パナナ	こめ あぶら さとう はるさめ じゃがいも	わかめ きゅうにく とうふ とりにく ぎゅうにゅう	はくさい にんじん たまねぎ だいこん きゅうり ほうれんそう ばなな	菓子 牛乳	さつまいもお焼き
4/10 水	ごはん ★ 鶏肉の甘酢あんかけ ★ ほうれん草のごま和え ★ 春野菜のみそ汁	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ こま じゃがいも	とりにく ぎゅうにゅう	ほうれんそう はくさい にんじん たまねぎ きゃべつ いんげん	菓子 牛乳	肉みそおにぎり いりこ
4/11 木	★ ハヤシライス ★ 大根サラダ オレンジ	こめ じゃがいも あぶら はやしー さとう	ぎゅうにく ういんな ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ とまとみずに いんげん だいこん きゃべつ きゅうり おれんじ	菓子 牛乳	おにぎり
4/12 金	ごはん ★ 魚のねぎみそ焼き ★ 小松菜のお浸し ★ 大根の炒め煮 すまし汁	こめ さとう あぶら ふ	くろめばる ぶたにく ぎゅうにゅう	ねぎ しょうが こまつな だいこん にんじん ごぼう たまねぎ はくさい みつば	菓子 牛乳	ジャムサンド
4/13 土	ごはん ★ 豚肉とじゃがいものみそ炒め ★ 焼き鮭 ★ ほうれん草の甘酢和え すまし汁	こめ じゃがいも あぶら さとう かたくりこ こま	ぶたにく あつあげ さけ わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう きゃべつ だいこん えのきだけ	菓子 牛乳	ヨーグルト クラッカー
4/15 月	★ 五目うどん ★ さつまいもの甘辛 ★ キャベツのみそドレサラダ いちご	うどん かたくりこ あぶら さとう こま さつまいも	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん はくさい ねぎ こまつな きゃべつ きゅうり いちご	菓子 牛乳	パンスティック
4/16 火	青菜ごはん ★ 白菜のシチュー ★ じゃがいもソテー ★ 野菜サラダ チーズ	こめ じゃがいも ほわいとー あぶら さとう	とりにく すきむみるく つなみず ぎゅうにゅう	こまつな にんじん たまねぎ はくさい ちんげんさい れんこん ぶろっこりー だいこん きゃべつ ちーず きゅうり こーん	菓子 牛乳	オレンジケーキ
4/17 水	ごはん ★ 牛肉と厚揚げの煮物 ★ しおっぱ和え みそ汁 オレンジ	こめ さとう じゃがいも	ぎゅうにく あつあげ ちくわ しおこんぶ ぎゅうにゅう	だいこん たまねぎ にんじん しいたけ きぬさや きゃべつ きゅうり こまつな みずな おれんじ	菓子 牛乳	から揚げおにぎり いりこ
4/18 木	ごはん ★ タンドリーチキン ★ ひじきサラダ みそ汁	こめ あぶら さとう たまごなしまよねーず	とりにく よーぐと ひじき ういんな ぎゅうにゅう	しょうが きゅうり にんじん ぶろっこりー はくさい たまねぎ ほうれんそう しいたけ	菓子 牛乳	ジャムサンド
4/19 金	★ そぼろ丼 ★ ブロッコリーのみそ和え ★ 焼き魚 ★ コーン豆腐スープ	こめ さとう	とりにく わかれい ぎゅうにゅう	しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう ぶろっこりー きゃべつ くりーむこーん ちんげんさい	菓子 牛乳	スキムミルクケーキ
4/20 土	ふりかけごはん ★ 魚の焼き南蛮 ★ 豚肉とじゃがいもの煮物 ★ みそ汁 ★ パナナ	こめ かつおぶらかけ かたくりこ こむぎこ あぶら さとう	あかうお ぶたにく あつあげ ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん いんげん だいこん ごぼう たまねぎ ほうれんそう はくさい えのきだけ	菓子 牛乳	ウエハース 野菜ジュース
4/22 月	ごはん ★ 春野菜のポトフ ★ スパゲティソテー ★ ブロッコリーの和え物	こめ じゃがいも すばげてい あぶら	とりにく ぶたにく しらすほし ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん きゃべつ すなっぶえんどう ひーまん とまとみずに ぶろっこりー	菓子 牛乳	ジャムサンド
4/23 火	人参ごはん ★ 魚の梅かつお焼き ★ キャベツのごま和え ★ 豚肉と玉ねぎのみそ汁	こめ さとう こま	わかれい かつおぶら ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん うめほし きゃべつ こまつな はくさい たまねぎ いんげん	菓子 牛乳	フルーツゼリー クラッカー
4/24 水	★ カレーライス ★ 野菜サラダ ★ 鶏肉のレモン風味 ★ デザート	こめ あぶら じゃがいも わかれー こむぎこ こまあぶら さとう ゼリー	ぎゅうにく とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ほうれんそう しめじ れもん ぶろっこりー きゅうり きゃべつ こーん	菓子 牛乳	人参カップケーキ
4/25 木	ごはん ★ 鶏肉のトマトソースからめ ★ ビーフソテー ★ ポイルブロッコリー みそ汁	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ ひーふん	とりにく ういんな わかめ ぎゅうにゅう	しょうが ばせり とまとみずに ひーまん あかひーまん きゃべつ ぶろっこりー だいこん にんじん えのきだけ	菓子 牛乳	クラッカーサンド
4/26 金	★ 中華丼 ★ しらすとほうれん草のサラダ ★ 焼きポテト ★ チキンスープ	こめ あぶら かたくりこ さとう じゃがいも	ぶたにく しらすほし とりにく ぎゅうにゅう	はくさい たまねぎ にんじん きくらげ もやし ほうれんそう だいこん ばせり きゃべつ ちんげんさい	菓子 牛乳	サクサク焼きドーナツ
4/27 土	★ スパゲティ ★ ポロネーゼ ★ わかめサラダ ★ 野菜スープ ★ オレンジ	すばげてい みーとそーず あぶら さとう こまあぶら じゃがいも	ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ひーまん とまとみずに きゃべつ きゅうり こーん はくさい いら おれんじ	菓子 牛乳	ゼリー ウエハース
4/29 月	昭和の日					
4/30 火	炊き込みごはん ★ 魚の野菜あんかけ ★ じゃがいもの炒め煮 ★ みそ汁	こめ こむぎこ かたくりこ あぶら さとう じゃがいも ごんにゃく ぶ	とりにく あぶらあげ わかれい ぶたにく わかめ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ いんげん きくらげ きゃべつ だいこん	菓子 牛乳	パナナマフィン

毎月19日は食育の日
テーマを持ったメニュー
が出来ます。4月は★よく
かんで、お友達と楽しく
食べましょう。





日時	午前食	午後食	主な材料
4/1 月	おかゆ(軟飯) 肉じゃが (後期 焼き鮭) みそ汁	うどん フルーツ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 鮭(後期) キャベツ うどん 豆腐 ほうれん草 パナナ
4/2 火	おかゆ(軟飯) 豆腐と野菜煮 みそ汁	おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 白菜 オレンジ
4/3 水	人参がゆ(まぜ軟飯) 野菜と鶏肉煮 みそ汁	おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 人参 鶏肉 キャベツ きゅうり 豆腐 小松菜 パナナ
4/4 木	おかゆ(軟飯) 魚のくず煮 みそ汁	おじや(軟飯) フルーツ	米 白身魚 大根 人参 片栗粉 さつまいも 玉ねぎ 小松菜 キャベツ パナナ
4/5 金	マーボ風あんかけかゆ(マーボ丼風) ポテトサラダ キャベツのスープ	ツナ入りおじや(まぜ軟飯) フルーツ	米 豆腐 鶏肉 トマト 玉ねぎ 片栗粉 じゃがいも ブロッコリー 人参 キャベツ ツナ水煮 パナナ
4/6 土	入園式		
4/8 月	おかゆ(軟飯) 魚の野菜あんかけ 豆腐スープ	じゃこおじや(混ぜ軟飯) りんご煮	米 白身魚 たまねぎ ほうれん草 じゃがいも 白菜 豆腐 人参 ブロッコリー キャベツ しらす干し りんご
4/9 火	みどりかゆ(軟飯) 豆腐と野菜煮 みそ汁	そぼろかけかゆ(混ぜ軟飯) りんご煮	米 ブロッコリー 豆腐 キャベツ 大根 人参 じゃがいも 鶏肉 大根 りんご
4/10 水	おかゆ(軟飯) 魚の野菜あんかけ みそ汁	おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 白身魚 キャベツ ほうれん草 片栗粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 大根 チンゲン菜 しらす干し 白菜 パナナ
4/11 木	おかゆ(軟飯) 肉じゃがのトマト煮 大根のおろし煮 みそ汁	おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト 大根 キャベツ きゅうり 鮭 しらす干し オレンジ
4/12 金	人参かゆ(軟飯) 魚の野菜煮 野菜のスープ煮	おかゆ(軟飯) 麩と野菜煮	米 人参 白身魚 じゃがいも 小松菜 大根 白菜 玉ねぎ 鮭 きゅうり
4/13 土	鮭かゆ(軟飯) 豆腐と野菜煮 みそ汁	そうめん煮 りんご煮	米 鮭 豆腐 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 片栗粉 キャベツ 白菜 鶏肉 そうめん
4/15 月	うどん さつまいも煮 フルーツ	おかゆ(軟飯) みそ汁	うどん たまねぎ 人参 白菜 鶏肉 さつまいも いちご 米 豆腐 キャベツ 小松菜
4/16 火	人参かゆ(まぜ軟飯) 鶏肉と野菜の煮込み 煮浸し	じゃこおじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 人参 鶏肉 じゃがいも ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ 大根 しらす干し ねぎ(後期) パナナ
4/17 水	おかゆのあんかけ(あんかけ軟飯) じゃがいもマッシュ みそ汁	うどん フルーツ	米 鶏肉 人参 白菜 玉ねぎ 片栗粉 じゃがいも 小松菜 キャベツ うどん しらす干し オレンジ
4/18 木	おかゆ(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリー煮 みそ汁	ツナおじや(後期ひじきまぜ軟飯) りんご煮	米 豆腐 人参 キャベツ 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー ほうれん草 白菜 ツナ水煮 ひじき(後期) りんご
4/19 金	そぼろかゆ(そぼろ丼) ブロッコリー煮 みそ汁	豆腐おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	鶏肉 ほうれん草 人参 片栗粉 ブロッコリー しらす干し キャベツ じゃがいも 白菜 豆腐 パナナ
4/20 土	おかゆ(軟飯) 魚の野菜あんかけ みそ汁	おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 白身魚 キャベツ ほうれん草 片栗粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 大根 チンゲン菜 しらす干し 白菜 パナナ
4/22 月	おかゆ(軟飯) じゃがいものそぼろ煮 野菜サラダ りんご煮	パンかゆ(パン) 野菜スープ	米 じゃがいも 鶏肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 片栗粉 きゅうり ブロッコリー しらす干し キャベツ りんご
4/23 火	人参かゆ(軟飯) 魚の野菜煮 鶏肉と野菜のスープ煮	おかゆ(軟飯) 麩と野菜煮	米 人参 白身魚 大根 小松菜 鶏肉 じゃがいも 白菜 玉ねぎ 鮭 きゅうり
4/24 水	おかゆ(軟飯) 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	野菜かゆ(混ぜ軟飯) フルーツ	米 豆腐 ブロッコリー キャベツ 人参 ほうれん草 じゃがいも 玉ねぎ 白菜 パナナ
4/25 木	おかゆ(軟飯) 鶏肉と野菜のトマト煮 じゃこ和え	豆腐おじや(混ぜ軟飯) フルーツ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 キャベツ 玉ねぎ トマト ブロッコリー しらす干し 豆腐 パナナ
4/26 金	おかゆのあんかけ(あんかけ軟飯) じゃがいもマッシュ みそ汁	うどん フルーツ	米 鶏肉 人参 白菜 玉ねぎ 片栗粉 じゃがいも 小松菜 しらす干し うどん キャベツ オレンジ
4/27 土	人参かゆ(まぜ軟飯) 野菜と鶏肉煮 みそ汁	じゃがいもかゆ(じゃがいもお焼き) フルーツ	米 人参 鶏肉 キャベツ きゅうり 豆腐 小松菜 白菜 じゃがいも 片栗粉 オレンジ
4/29 月	昭和の日		
4/30 火	おかゆ(軟飯) 魚の野菜あんかけ じゃがいも煮 みそ汁	豆腐かゆ(混ぜ軟飯) フルーツ	米 白身魚 玉ねぎ 片栗粉 じゃがいも 人参 ブロッコリー キャベツ 豆腐 パナナ

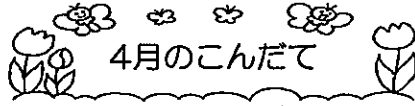
※材料の都合により献立が変更する場合があります。 あらかじめご了承ください。

- ★だし汁はかつお節と昆布でとります。
- ★調味料は後期くらいからみそ、しょうゆ、砂糖などを少量使用します。
- ★提供日までに食べた食材がありましたら、担任にお知らせください。



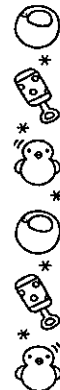
★離乳食について
同じ月齢でもその子によって離乳食の進み具合が違います。ご家庭と連携してその子の進みにあった固さ、量などに調整いたします。気の付いたことや心配なことがありましたら、お知らせください。

2024年



かいけ心正こども園 (離乳初期)

日時	献立	主な材料
4/1 月	おかゆ 白菜煮	米 白菜
4/2 火	おかゆ 豆腐ほうれん草煮	米 豆腐 ほうれん草
4/3 水	おかゆ 豆腐煮	米 豆腐 人参
4/4 木	おかゆ 野菜煮	米 大根 人参
4/5 金	おかゆ 野菜煮	米 ブロッコリー ジャがいも
4/6 土	入園式	
4/8 月	おかゆ 野菜煮	米 キャベツ ほうれん草
4/9 火	おかゆ 豆腐煮	米 豆腐 ブロッコリー
4/10 水	おかゆ 人参のやわらか煮	米 人参 ジャがいも
4/11 木	おかゆ 野菜煮	米 キャベツ 人参
4/12 金	おかゆ 野菜煮	米 白菜 人参
4/13 土	おかゆ 野菜煮	米 ジャがいも 白菜
4/15 月	おかゆ 豆腐煮	米 豆腐 人参
4/16 火	おかゆ 野菜煮	米 ジャがいも ブロッコリー
4/17 水	おかゆ しらす煮	米 しらす干し キャベツ
4/18 木	おかゆ しらす煮	米 しらす干し ブロッコリー
4/19 金	おかゆ 野菜煮	米 ブロッコリー ジャがいも 白菜
4/20 土	おかゆ 野菜煮	米 ジャがいも ほうれん草
4/22 月	おかゆ 野菜煮	米 ジャがいも ブロッコリー 人参
4/23 火	人参かゆ 白身魚煮	米 人参 白身魚 ブロッコリー
4/24 水	おかゆ 豆腐煮	米 豆腐 キャベツ 人参
4/25 木	おかゆ トマト煮	米 トマト ブロッコリー 玉ねぎ
4/26 金	おかゆ しらす煮	米 しらす干し ジャがいも 小松菜
4/27 土	おかゆ 白身魚煮	米 白身魚 白菜 人参
4/29 月	昭和の日	
4/30 火	おかゆ 豆腐煮	米 豆腐 人参



※材料の都合により献立が変更する場合があります。 あらかじめご了承ください。

2024.4

★だし汁はかつお節と昆布でとります。

★提供日までに食べた食材がありましたら、担任にお知らせください。

★離乳食について
同じ月齢でもその子によって離乳食の
進み具合が違います。ご家庭と連携して
その子の進みにあった固さ、量などに調
整いたします。気の付いたことや心配な
ことがありましたら、お知らせください。