

# 第一保育所 4月の献立

日	曜日	午前おやつ		昼食献立	午後おやつ		主な食材	kcal	塩分	
		離乳	乳児		離乳	乳児				
1	水	おこめ せんべい	ハーベスト	ごはん、サバの味噌煮、 高野豆腐たまごとし、吸物	ハイハイ	動物 ビスケット	米//サバ//高野豆腐、卵、菜の花、人参//なると、 葱、わかめ	牛乳	533	1.6
2	木	魚 せんべい	ビスコ	ごはん、ふりかけ、コロッケ、 ブロッコリーかにかま和え、味噌汁	野菜 スナック	ハッピー ターン	米//ふりかけ//コロッケ//ブロッコリー、人参、か にかま//麩、葱、油揚げ	牛乳	488	1.8
3	金	ハイハイ 野菜	さやえんどう スナック	スパゲティミートソース、 コールスローサラダ、コンソメスープ	ひじき せんべい	カニチップ	スパゲティ、合挽きミンチ、玉葱、人参、グリーン ピース、トマトソース、ケチャップ//キャベツ、人 参、コーン、マヨネーズ、レモン果汁//玉葱、人 参、パセリ	牛乳	525	1.6
4	土	入 園 式								
6	月	ハイハイ	星たべよ	カレーライス、マカロニサラダ、 フルーツヨーグルト	バナナ	ホット ケーキ	米、鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//マカ ロニ、ブロッコリー、人参、コーン、マヨネーズ// パン缶、みかん缶、黄桃缶、ヨーグルト//ホット ケーキミックス、卵、牛乳、ケーキシロップ	牛乳	546	1.5
7	火	ひじき せんべい	カニチップ	ごはん、麻婆豆腐、人参サラダ、 春雨スープ	魚 スナック	ムーン ライト クッキー	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、干しいたけ//人 参、もやし、胡瓜、ツナ、ドレッシング//春雨、玉 葱、人参、チンゲン菜	牛乳	489	1.0
8	水	おこめ せんべい	白い風船	ごはん、えび団子と野菜の煮物、 ミモザサラダ、味噌汁	ベビー ダノン	カルピス 寒天	米//えび団子、大根、人参、いんげん//ブロッコ リー、人参、卵、マヨネーズ//白菜、豆腐、葱//カ ルピス、寒天	牛乳	464	1.8
9	木	魚 せんべい	サッポロ ポテト	ごはん、白身フライ、 いんげんのごま和え、けんちん汁	野菜 スナック	マリー ビスケット	米//白身フライ、タルタルソース//いんげん、竹 輪、人参、ごま//里芋、大根、ごぼう、人参、葱	牛乳	490	1.3
10	金	ハイハイ 野菜	ハーベスト	焼きそば、青のりポテト、 わかめスープ	南瓜煮	南瓜 蒸しパン	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン// じゃが芋、青のり//わかめ、えのき、葱//ホット ケーキミックス、南瓜	牛乳	497	1.7
11	土	おかし	おかし	わかめうどん、 ほうれん草とコーンのソテー、 フルーツ	おかし	おかし	うどん、わかめ、鶏肉、人参、葱//ほうれん草、 コーン//バナナ	牛乳	426	2.1
13	月	ハイハイ	ばりんこ	ごはん、ふりかけ、ハンバーグ、 ひじきサラダ、味噌汁	さつま芋 煮	麩ラスク	米//ふりかけ//ハンバーグ、ケチャップ//ひじき、 胡瓜、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ//大根、わ かめ、葱//麩、マーガリン (植物性)	牛乳	489	1.8
14	火	ひじき せんべい	かっぱ えびせん	五目うどん、ちくわの磯辺揚げ、 フルーツ	魚 スナック	雪の宿	うどん、鶏肉、大根、人参、干しいたけ、葱//竹 輪、青のり、天ぷら粉//黄桃缶、みかん缶	牛乳	457	2.3
15	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	ゆかりごはん、魚の照り焼き、 ほうれん草ごま和え、かきたま汁	ベビー ダノン	プリン	米、ゆかり//赤魚//ほうれん草、人参、もやし、ご ま//卵、葱、わかめ//プリンの素、牛乳	牛乳	455	1.4
16	木	魚 せんべい	ビスコ	ごはん、鶏肉の唐揚げ、 ハンサンスー、味噌汁	野菜 スナック	ハッピー ターン	米//鶏肉//春雨、ブロッコリー、人参、ハム//大 根、えのき、葱	牛乳	506	1.4
17	金	ハイハイ 野菜	さやえんどう スナック	炊き込みご飯、ミートボール、 かにかまサラダ、吸物	じゃが芋 煮	じゃが芋 餅	米、ツナ、ひじき、人参、たけのこ、油揚げ//肉団 子、ケチャップ//キャベツ、人参、かにかま、マヨ ネーズ//豆腐、しめじ、みつば//じゃが芋	牛乳	498	1.5
18	土	おかし	おかし	スパゲッティナポリタン、 ブロッコリーサラダ、野菜スープ	おかし	おかし	スパゲティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、ケ チャップ//ブロッコリー、人参、コーン、ドレッシ ング//キャベツ、玉葱、人参	牛乳	478	1.4
20	月	ハイハイ	星たべよ	ごはん、エビマヨネーズ、 お浸し、わかめスープ	さつま芋 煮	鬼 まんじゅう	米//エビフリッター、ブロッコリー、ケチャップ、 マヨネーズ//小松菜、人参、竹輪//玉葱、えのき、 わかめ//ホットケーキミックス、さつま芋	牛乳	536	1.5
21	火	ひじき せんべい	カニチップ	パン、チキンチャップ、 甘酢みかんサラダ、コーンポタージュ	野菜 スナック	マリー ビスケット	パン//鶏肉、玉葱、しめじ、ピーマン、ケチャップ //キャベツ、人参、みかん缶//コーンスープの素	牛乳	411	1.7
22	水	おこめ せんべい	白い風船	ごはん、ふりかけ、豆腐の五目煮、 南瓜サラダ、味噌汁	ベビー ダノン	りんご 寒天	米//ふりかけ//豆腐、豚肉、玉葱、人参、干しいた け、いんげん//南瓜、ミックスベジタブル、マヨ ネーズ//白菜、葱、油揚げ//リンゴジュース、寒天	牛乳	475	1.2
23	木	魚 せんべい	サッポロ ポテト	野菜たっぷりカレー、 フライドポテト、フルーツヨーグルト	ハイハイ	ハム クーハン	米、鶏肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、コーン、 カレー粉//フライドポテト//パン缶、みかん缶、 黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	584	1.4
24	金	ハイハイ 野菜	ハーベスト	肉味噌丼、菜の花たまごとし、吸物	魚 スナック	ムーン ライト クッキー	米、鶏ミンチ、玉葱、グリーンピース//菜の花、卵、 人参//豆腐、ほうれん草、えのき	牛乳	462	1.4
25	土	おかし	おかし	チャーハン、 ブロッコリーとじゃが芋のサラダ、 スープ	おかし	おかし	米、ウインナー、玉葱、人参、ピーマン//ブロッコ リー、じゃが芋、マヨネーズ//わかめ、葱、コーン	牛乳	452	1.1
27	月	ハイハイ	ばりんこ	わかめごはん、 和風おろし豆腐ハンバーグ、 ごぼうサラダ、味噌汁	ベビー ダノン	フルーチェ	米、わかめご飯の素//豆腐ハンバーグ、しめじ、玉 葱、大根おろし//ごぼう、人参、ひじき、コーン、 グリーンピース、マヨネーズ//麩、葱、油揚げ//フ ルーチェの素、牛乳	牛乳	498	2.1
28	火	ひじき せんべい	カニチップ	卵とじうどん、 キャベツとソーセージのソテー、 フルーツ	野菜 スナック	ぼたぼた 焼き	うどん、卵、わかめ、人参、葱//キャベツ、人参、 ソーセージ//オレンジ	牛乳	407	2.4
30	木	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	ごはん、サーモンフライ、 小松菜煮浸し、吸物	魚 スナック	ハッピー ターン	米//サーモンフライ、マヨネーズ、ケチャップ//小 松菜、人参、さつま揚げ//麩、わかめ、葱	牛乳	493	1.7

☆離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。  
 ☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしく申し上げます。  
 ☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。  
 ☆マヨネーズは特定原材料7品目・カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

