

令和7年 4月献立表

山の手保育園

| 3歳未満児 |   |            | 全 員 共 通      |                    |                                                                  |                       |                                                             |       |                   |                                                       |
|-------|---|------------|--------------|--------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------|-------|-------------------|-------------------------------------------------------|
| 日     | 曜 | はし<br>スプーン | 午前のおやつ<br>主食 | 主菜献立名              | 主菜材料名                                                            | 副菜献立名                 | 副菜材料名                                                       | おやつ   | おやつ材料名            |                                                       |
| 1     | 火 |            | ヨーグルト<br>麦茶  | 肉じゃが               | 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干し                      | 胡瓜と<br>わかめの酢の物        | 胡瓜 わかめ キャベツ 人参 かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま                              | バナナ   | カルシウムラスク<br>牛乳    | 食パン バター 粉チーズ スキムミルク<br>青のり ごま                         |
| 2     | 水 |            | ちりめん<br>牛乳   | そばろチャブチェ           | 鶏ミンチ 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 ニラ ごま油<br>鶏がらスープの素 砂糖 醤油 塩こしょう              | ☆パンパンジー風<br>サラダ       | 切干大根 胡瓜 トマト ささみ マヨネーズ 砂糖 醤油 酢<br>ごま油 ごま                     | オレンジ  | 鮭炒飯<br>麦茶         | 米 鮭フレーク 卵 玉葱 人参 葱 ごま油<br>鶏がらスープの素 醤油                  |
| 3     | 木 |            | バナナ<br>麦茶    | シーフードグラタン          | 鶏肉 いか えび 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 塩こしょう<br>スキムミルク 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ 粉チーズ パセリ | ひじきのケチャップ煮<br>ふりかけ    | ひじき 玉葱 人参 油揚げ グリンピース ケチャップ 砂糖 醤油 みりん 酒<br>いりこ かつお節 青のり ごま 塩 | ミニトマト | 味噌まんじゅう<br>牛乳     | 小麦粉 重曹 ベーキングパウダー 卵 味噌<br>砂糖 牛乳 スキムミルク                 |
| 4     | 金 |            | オレンジ<br>麦茶   | 高野豆腐の<br>カレー風味     | 豚肉 高野豆腐 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 いんげん<br>カレー粉 砂糖 醤油 煮干し                    | 小松菜のごま和え              | 小松菜 人参 もやし 油揚げ 砂糖 醤油 ごま                                     | いちご   | すなっ麩<br>牛乳        | 麩 バター グラニュー糖                                          |
| 5     | 土 |            | チーズ<br>麦茶    | 肉味噌スパゲティ           | 鶏ミンチ 玉葱 人参 もやし グリンピース スパゲティ麺 油<br>味噌 砂糖 醤油 みりん 酒                 | きのこ<br>豆腐のスープ         | えのき しめじ 生椎茸 豆腐 玉葱 人参 コンソメ 醤油 パセリ                            | バナナ   | 菓子<br>牛乳          | 菓子                                                    |
| 7     | 月 |            | ちりめん<br>牛乳   | ☆鮭フライ<br>しそタルタルソース | 鮭 塩こしょう 小麦粉 パン粉 油 卵 大葉 玉葱 マヨネーズ<br>スキムミルク                        | おかか<br>ひじきキャベツ        | ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節                                   | ミニトマト | 筍おにぎり<br>麦茶       | 米 筍 ベーコン いんげん 砂糖 醤油                                   |
| 8     | 火 |            | バナナ<br>麦茶    | ☆大豆の五目煮            | 鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく<br>厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒           | 和風サラダ                 | レタス 胡瓜 人参 コーン缶 わかめ ツナ缶 砂糖 醤油 酢<br>油                         | オレンジ  | ミルクラスク<br>牛乳      | 食パン コンデンスミルク                                          |
| 9     | 水 |            | キウイ<br>麦茶    | 八宝菜                | 豚肉 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン<br>かまぼこ ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉        | ☆切干大根ナムル              | 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油                              | いちご   | やせうま<br>牛乳        | やせうま麺 きなこ 砂糖 塩                                        |
| 10    | 木 |            | ヨーグルト<br>麦茶  | 春野菜オムレツ            | 卵 ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 アスパラ 油<br>塩こしょう スキムミルク ケチャップ               | カラフルソテー<br>ふりかけ       | ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油<br>いりこ かつお節 青のり ごま 塩 | ミニトマト | チーズ蒸しパン<br>牛乳     | 蒸しパンミックス チーズ 牛乳 スキムミルク                                |
| 11    | 金 |            | オレンジ<br>牛乳   | 具だくさん味噌汁           | 鶏肉 玉葱 人参 ごぼう さつまいも キャベツ 豆腐 油揚げ 葱<br>味噌 スキムミルク 煮干し                | めかぶ納豆                 | 納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま                                     | バナナ   | フルーチェ<br>麦茶       | フルーチェ 牛乳                                              |
| 12    | 土 |            | キウイ<br>麦茶    | あんかけラーメン           | 豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 中華麺 ごま油<br>鶏がらスープの素 醤油 片栗粉                  | 黒ごま南瓜                 | 南瓜 砂糖 醤油 黒ごま                                                | チーズ   | 菓子<br>牛乳          | 菓子                                                    |
| 14    | 月 |            | バナナ<br>麦茶    | 魚のお好み焼き            | エソミンチ 生姜 玉葱 人参 キャベツ 葱 小麦粉 塩こしょう<br>スキムミルク ソース マヨネーズ かつお節 青のり     | 若竹汁                   | わかめ 筍 玉葱 人参 豆腐 薄口醤油 みりん かつお節<br>昆布                          | ミニトマト | ☆いりこ大豆<br>牛乳      | いりこ 大豆 砂糖 醤油 ごま                                       |
| 15    | 火 |            | ヨーグルト<br>麦茶  | 親子丼                | 鶏肉 卵 玉葱 人参 しめじ かまぼこ グリンピース 砂糖<br>醤油 スキムミルク 煮干し                   | 小松菜のお浸し               | 小松菜 人参 えのき 砂糖 醤油 かつお節                                       | キウイ   | パン粉クッキー<br>牛乳     | 小麦粉 ベーキングパウダー パン粉 卵<br>バター 砂糖 スキムミルク                  |
| 16    | 水 |            | ちりめん<br>牛乳   | 麻婆豆腐               | 豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱<br>ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉        | 春雨の酢の物                | 春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま                                 | バナナ   | ひじきおにぎり<br>麦茶     | 米 ひじき 人参 油揚げ 砂糖 醤油                                    |
| 17    | 木 |            | オレンジ<br>麦茶   | ☆鶏肉の<br>マーメレード焼き   | 鶏肉 マーメレードジャム 醤油 みりん                                              | ☆根菜きんぴら               | ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖<br>醤油 みりん 酒 ごま               | ミニトマト | コーントースト<br>牛乳     | 食パン クリームコーン缶 マヨネーズ<br>スキムミルク 塩こしょう パセリ                |
| 18    | 金 |            | バナナ<br>麦茶    | 春野菜カレー             | 豚肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース 油<br>カレールー スキムミルク                       | アスパラサラダ               | アスパラ レタス 胡瓜 人参 コーン缶 ベーコン 砂糖 醤油<br>酢 油                       | いちご   | いちごマフィン<br>牛乳     | ホットケーキミックス ベーキングパウダー<br>いちごパウダー 卵 バター 砂糖 生クリーム<br>いちご |
| 19    | 土 |            | チーズ<br>麦茶    | 五目ビーフン             | 豚肉 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺<br>ごま油 ソース 塩こしょう                   | 中華スープ                 | 玉葱 人参 えのき 豆腐 青梗菜 鶏がらスープの素 醤油<br>煮干し                         | オレンジ  | 菓子<br>牛乳          | 菓子                                                    |
| 21    | 月 |            | キウイ<br>麦茶    | 骨太卵焼き              | 卵 鶏ミンチ 玉葱 人参 切干大根 しめじ ピーマン 油<br>砂糖 醤油 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ          | レバー煮                  | 鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油                              | ミニトマト | スイートポテト<br>牛乳     | さつまいも 砂糖 生クリーム スキムミルク 卵黄                              |
| 22    | 火 |            | ちりめん<br>牛乳   | ポークビーンズ            | 豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋<br>グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク | 春キャベツのソテー<br>ふりかけ     | キャベツ 玉葱 人参 コーン缶 ウイナー 油 鶏がらスープの素 醤油 みりん<br>いりこ かつお節 青のり ごま 塩 | バナナ   | ゆかりチーズおにぎり<br>麦茶  | 米 ゆかり チーズ                                             |
| 23    | 水 |            | オレンジ<br>麦茶   | チンジャオロース           | 牛肉 ピーマン 玉葱 人参 筍 えのき じゃが芋 厚揚げ<br>ごま油 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 片栗粉           | 三色ナムル                 | 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油                                      | キウイ   | きなこサンド<br>牛乳      | 食パン きなこ 砂糖 スキムミルク                                     |
| 24    | 木 |            | ヨーグルト<br>麦茶  | 鱈のごま味噌焼き           | 鱈 塩こしょう 味噌 砂糖 みりん ごま                                             | じゃこわかめ                | わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油                                  | ミニトマト | ココアレーズン蒸しパン<br>牛乳 | 蒸しパンミックス ココア レーズン 砂糖 牛乳<br>スキムミルク                     |
| 25    | 金 |            | キウイ<br>麦茶    | ☆豚肉と<br>新ごぼうのうま煮   | 豚肉 ごぼう 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 厚揚げ ちくわ<br>葱 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し            | 野菜の昆布締め               | キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布 醤油                                           | バナナ   | お麩スナック<br>牛乳      | 麩 ごま油 青のり 塩                                           |
| 26    | 土 |            | オレンジ<br>麦茶   | ポトフ                | ウイナー ベーコン 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 キャベツ<br>コンソメ 醤油 パセリ                     | ブロッコリー<br>ごまドレ和え      | ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 ごまドレッシング                                  | チーズ   | 菓子<br>牛乳          | 菓子                                                    |
| 28    | 月 |            | バナナ<br>牛乳    | ひじき入り卵焼き           | 卵 鶏ミンチ ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖<br>醤油 スキムミルク                     | 五目納豆                  | 納豆 人参 小松菜 たくあん ちりめん 砂糖 醤油 ごま                                | ミニトマト | 五平もち<br>麦茶        | 米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま                                |
| 30    | 水 |            | チーズ<br>麦茶    | かぶとハンバーグ           | 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 パン粉 塩こしょう<br>ケチャップ ソース 絹さや                    | フライドポテト<br>☆コールスローサラダ | 冷凍フライドポテト 油 塩<br>キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう    | いちご   | こいのぼりクッキー<br>牛乳   | 小麦粉 卵黄 バター 砂糖 抹茶 ココア                                  |

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります