4月　献立表　乳児食

2024 年　4 月　　認定こども園　きりん愛育園

日付	献立名		食材名				栄養価
	昼食	おやつ （〇朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他	
1 月	洋風散らし寿司 そぼろ煮 清汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎イチゴサンド ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	ツナ缶、卵、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、蒸しかまぼこ、かたくちいわし、牛乳、生クリーム、コンデンスミルク、スキムミルク	きゅうり、にんじん、刻みのり、だいこん、しいたけ、ほうれんそう、いちご	うるち米、上白糖、なたね油、さといも、三温糖、かたくり粉、食パン、グラニュー糖	米酢、食塩、カットインゲン、かつおだし、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん	エネルギー　597kcal たんぱく質　20.8g 脂質　19.6g 炭水化物　90.0g 塩分　2.2g
2 火	肉うどん のり塩ポテト チーズ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎お好み焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、プロセスチーズ、かたくちいわし、牛乳、卵、焼き竹輪、豚ばら肉、かつお節、スキムミルク	たまねぎ、葉ねぎ、あおのり、キャベツ	うどん、フライドポテト、なたね油、お好み焼き粉	かつおだし、うすくちしょうゆ、本みりん、食塩、天かす、お好み焼きソース	エネルギー　767kcal たんぱく質　28.1g 脂質　23.3g 炭水化物　119.2g 塩分　5.5g
3 水	菜めしごはん 白身魚のカレームニエル ひじきの煮付け みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎オレンジ風味のパンプディング ◎ヨーグルト	かれい、油揚げ、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、卵、スキムミルク	干しひじき、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、オレンジジュース、オレンジマーマレード	うるち米、薄力粉、なたね油、有塩バター、三温糖、上白糖	菜めし、食塩、カレー粉、カットインゲン、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、米みそ、かんぱん、パンの耳、メロンシロップ	エネルギー　514kcal たんぱく質　25.5g 脂質　8.3g 炭水化物　88.2g 塩分　2.1g
4 木	カレーライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ジャムサンド ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、ロースハム、プロセスチーズ、卵、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン缶、きよみ、いちごジャム	うるち米、じゃがいも、なたね油、食パン	カレールウ、コールスロードレッシング	エネルギー　636kcal たんぱく質　23.1g 脂質　21.8g 炭水化物　94.6g 塩分　2.2g
5 金	ふりかけごはん 照焼チキンオムレツ 和風サラダ スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チュロス ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	卵、鶏もも肉、ピザ用チーズ、鶏むね肉、ベーコン、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、干しひじき、りょくとうもやし	うるち米、なたね油、グラニュー糖	かつおふりかけ、マヨネーズ、焼き鳥のたれ、食塩、すりおろしオニオン、コンソメ、チュロス	エネルギー　565kcal たんぱく質　22.6g 脂質　21.5g 炭水化物　75.7g 塩分　2.0g
6 土	ロールパン ビーフシチュー コールスローサラダ バナナ	〇きなこもち(乳児) 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎ソフトせんべい ◎おかき（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ホールトマト缶、キャベツ、コーン缶、バナナ	じゃがいも	麦ロール、ビーフシチュールー、セパレートドレッシング、きなこもち、フルーツ豆乳、ソフトせんべい、おかき	エネルギー　640kcal たんぱく質　23.4g 脂質　23.0g 炭水化物　90.9g 塩分　2.4g
8 月	ゆかりごはん 鶏肉のしょうゆこうじ焼 春キャベツの和え物 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎いちご風味蒸しパン ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、焼き竹輪、油揚げ、かたくちいわし、牛乳、卵、スキムミルク	キャベツ、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、いちごジャム	うるち米、なたね油、ごま、三温糖	ゆかり粉、しょうゆこうじ、米酢、米みそ、うすくちしょうゆ、かつおだし、蒸しパンの素、ストロベリーシロップ	エネルギー　549kcal たんぱく質　23.0g 脂質　18.3g 炭水化物　77.7g 塩分　2.3g
9 火	焼きそば ポテ玉サラダ 豆乳スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎きなこパン ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚ばら肉、かつお節、卵、ロースハム、鶏もも肉、豆乳、かたくちいわし、牛乳、きな粉、スキムミルク	キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし、あおのり、きゅうり、こまつな、ぶなしめじ	中華めん、なたね油、じゃがいも、上白糖	焼きそばソース、お好み焼きソース、マヨネーズ、食塩、コンソメ、超熟ロール	エネルギー　636kcal たんぱく質　25.4g 脂質　21.9g 炭水化物　95.7g 塩分　3.1g
10 水	ごはん タラの南蛮漬 青菜ソティ みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ピザトースト ◎ヨーグルト	たら、ベーコン、絹厚揚げ、かたくちいわし、牛乳、プロセスチーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、こまつな、コーン缶、えのきたけ、乾燥わかめ、葉ねぎ	うるち米、かたくり粉、なたね油、三温糖、食パン	米酢、うすくちしょうゆ、食塩、かつおだし、米みそ、かんぱん、トマトケチャップ、メロンシロップ	エネルギー　537kcal たんぱく質　24.6g 脂質　14.1g 炭水化物　80.6g 塩分　2.5g
11 木	しらすごはん 松風焼き 炒り豆腐 かき玉汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎フルーチェ ◎ソフトせんべい ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	しらす干し、鶏ひき肉、卵、木綿豆腐、ひら天、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、おおさかしろな、えのきたけ	うるち米、パン粉、ごま、なたね油、三温糖	食塩、料理酒、米みそ、かつおだし、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん、フルーチェ、ソフトせんべい	エネルギー　587kcal たんぱく質　26.9g 脂質　18.7g 炭水化物　82.4g 塩分　2.0g
12 金	カレーライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ミニ野菜カステラ ◎小魚（幼児） ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、卵、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、ネーブルオレンジ	うるち米、じゃがいも、なたね油	カレールウ、すりおろしオニオン、ミニ野菜カステラ	エネルギー　622kcal たんぱく質　22.2g 脂質　22.4g 炭水化物　90.3g 塩分　1.9g
13 土	ロールパン ハムステーキ バナナ 野菜スープ	〇クラッカー(乳児) 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎味しらべ ◎マリービスケット（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	グルメイドステーキ、鶏もも肉、牛乳	ブロッコリー、バナナ、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、キャベツ	じゃがいも	麦ロール、コンソメ、食塩、クラッカー、フルーツ豆乳、味しらべ、マリービスケット	エネルギー　706kcal たんぱく質　26.8g 脂質　33.4g 炭水化物　80.2g 塩分　3.1g

日付	献立名		食材名				栄養価
	昼食	おやつ （〇朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他	
15 月	ごはん 豚肉の生姜炒め 切干大根の煮付け みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎おからのパンケーキ ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、油揚げ、かたくちいわし、牛乳、卵、おから、スキムミルク	たまねぎ、しょうが、切干しだいこん、にんじん、かぼちゃ、葉ねぎ	うるち米、なたね油、三温糖、ホットケーキミックス、有塩バター、メープルシロップ	こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、カットインゲン、かつおだし、うすくちしょうゆ、米みそ	エネルギー 533kcal たんぱく質 23.7g 脂質 15.0g 炭水化物 81.1g 塩分 1.6g
16 火	ナポリタンスパゲティ フルーツヨーグルト スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ワッフル ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	ロースハム、粉チーズ、プレーンヨーグルト、鶏もも肉、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、黄桃缶、パイナップル缶、みかん缶、プルーン、こまつな、ぶなしめじ	スパゲッティ、なたね油、じゃがいも	コンソメ、トマトケチャップ、食塩、ワッフル	エネルギー 680kcal たんぱく質 22.3g 脂質 26.7g 炭水化物 95.4g 塩分 2.2g
17 水	たけのこごはん 鯖の塩こうじ焼 高野豆腐の卵とじ みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎コーンマヨパン ◎ヨーグルト	油揚げ、さば、卵、高野豆腐、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たけのこ、にんじん、干ししいたけ、おおさかしろな、コーン缶	うるち米、なたね油、塩こうじ、三温糖、有塩バター	かつおだし、うすくちしょうゆ、本みりん、料理酒、食塩、こいくちしょうゆ、米みそ、かんぱん、超熟ロール、マヨネーズ、メロンシロップ	エネルギー 558kcal たんぱく質 27.9g 脂質 19.1g 炭水化物 73.8g 塩分 2.4g
18 木	マーボ丼 春雨サラダ かき玉スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎マカロニのクリーム煮 ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	絹ごし豆腐、豚ひき肉、ロースハム、卵、蒸しかまぼこ、かたくちいわし、牛乳、鶏ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、長ねぎ、しょうが、にんにく、きゅうり、チンゲンサイ、しいたけ	うるち米、なたね油、ごま油、かたくり粉、はるさめ、三温糖、マカロニ	鶏がらだし、赤みそ、うすくちしょうゆ、米酢、食塩、クリームシチュー素	エネルギー 576kcal たんぱく質 24.7g 脂質 18.9g 炭水化物 82.6g 塩分 1.6g
19 金	ハヤシライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎豆乳くずもち ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、卵、かたくちいわし、牛乳、豆乳、きな粉、スキムミルク	たまねぎ、マッシュルーム、ホールトマト缶、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、パイナップル	うるち米、なたね油、かたくり粉、上白糖	ハヤシルウ、すりおろしオニオン、食塩	エネルギー 597kcal たんぱく質 24.8g 脂質 21.0g 炭水化物 83.1g 塩分 1.6g
20 土	ロールパン タンドリーチキン バナナ 豆乳シチュー	〇ソフトせんべい 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎星たべよ ◎ロアンヌ（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、豆乳ヨーグルト、豚もも肉、豆乳、牛乳	たまねぎ、しょうが、にんにく、バナナ、ブロッコリー、にんじん、ぶなしめじ	じゃがいも	麦ロール、コンソメ、カレー粉、トマトケチャップ、食塩、ソフトせんべい、フルーツ豆乳、星たべよ、ロアンヌ	エネルギー 656kcal たんぱく質 32.1g 脂質 25.5g 炭水化物 81.5g 塩分 2.2g
22 月	ごはん ポークチャップ ジャーマンポテト みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ツナサンド焼 ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、ベーコン、絹厚揚げ、かたくちいわし、牛乳、ツナ缶、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しいたけ、青ピーマン、にんにく、おおさかしろな	うるち米、なたね油、じゃがいも、有塩バター	トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、食塩、かつおだし、米みそ、超熟ロール、マヨネーズ	エネルギー 600kcal たんぱく質 27.8g 脂質 22.5g 炭水化物 78.6g 塩分 1.7g
23 火	チャンポン麺 レバーの甘辛煮 チーズ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チヂミ焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、なると、鶏レバー、プロセスチーズ、かたくちいわし、牛乳、チヂミミックス、卵、豚ばら肉、スキムミルク	はくさい、たまねぎ、にんじん、干ししいたけ、チンゲンサイ、りょくとうもやし、しょうが、にんにく、にら	中華めん、なたね油、ごま油、かたくり粉、三温糖	たけのこ水煮、鶏がらだし、食塩、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、米酢	エネルギー 587kcal たんぱく質 31.8g 脂質 16.8g 炭水化物 86.5g 塩分 2.6g
24 水	豆ごはん 鮭の照焼 若竹煮 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎じゃがいものチーズ焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	さけ、かたくちいわし、牛乳、ベーコン、ピザ用チーズ、スキムミルク	グリンピース、たけのこ、にんじん、ふき、乾燥わかめ、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、青ピーマン	うるち米、ごま、なたね油、三温糖、じゃがいも	食塩、料理酒、昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、うすくちしょうゆ、米みそ、かんぱん、トマトケチャップ	エネルギー 477kcal たんぱく質 24.0g 脂質 12.5g 炭水化物 72.9g 塩分 2.0g
25 木	ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎焼かりんとう ◎ヨーグルト	牛もも肉、しらす干し、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、きゅうり、乾燥わかめ、こまつな、ぶなしめじ	うるち米、じゃがいも、しらたき、なたね油、三温糖、ごま、黒砂糖	カットインゲン、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、米酢、うすくちしょうゆ、米みそ、パンの耳、メロンシロップ	エネルギー 504kcal たんぱく質 20.1g 脂質 9.3g 炭水化物 90.0g 塩分 1.8g
26 金	ごはん チーズハンバーグ サラダ スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ココア風味のバナナケーキ ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚ひき肉、牛ひき肉、卵、プロセスチーズ、しらす干し、かつお節、ベーコン、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、ブロッコリー、トマト、にんじん、きゅうり、コーン缶、キャベツ、ぶなしめじ、えのきたけ、バナナ	うるち米、パン粉、なたね油、じゃがいも、薄力粉、有塩バター、三温糖、粉糖	食塩、トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、味付けもみのり、すりおろしオニオン、コンソメ、ベーキングパウダー、ピュアココア	エネルギー 674kcal たんぱく質 29.4g 脂質 28.4g 炭水化物 82.9g 塩分 2.2g
27 土	ロールパン ミネストローネ ブロッコリーのツナ和え バナナ	〇味しらべ 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎きなこもち ◎おかき（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、セロリ、ホールトマト缶、キャベツ、ブロッコリー、バナナ	じゃがいも、マカロニ	麦ロール、コンソメ、食塩、セパレートドレッシング、味しらべ、フルーツ豆乳、きなこもち、おかき	エネルギー 592kcal たんぱく質 22.6g 脂質 20.3g 炭水化物 85.7g 塩分 2.0g
30 火	かおりごはん コロッケ 小松菜の煮びたし みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チーズトースト ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	絹厚揚げ、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、クリームチーズ、ベーコン、スキムミルク	こまつな、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ぶなしめじ、葉ねぎ、青ピーマン	うるち米、なたね油、三温糖、食パン、有塩バター	かおりふりかけ、ビーフコロッケ、トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、かつおだし、うすくちしょうゆ、料理酒、米みそ	エネルギー 572kcal たんぱく質 20.0g 脂質 19.9g 炭水化物 80.9g 塩分 2.4g

4月　献立表　幼児食

2024 年　4 月　　認定こども園　きりん愛育園

日付	献立名		食材名				栄養価
	昼食	おやつ （〇朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他	
1 月	洋風散らし寿司 そぼろ煮 清汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎イチゴサンド ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	ツナ缶、卵、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、蒸しかまぼこ、かたくちいわし、牛乳、生クリーム、コンデンスミルク、スキムミルク	きゅうり、にんじん、刻みのり、だいこん、しいたけ、ほうれんそう、いちご	なたね油、うるち米、上白糖、三温糖、かたくり粉、さといも、食パン、グラニュー糖	米酢、食塩、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん、カットインゲン、かつおだし	エネルギー　597kcal たんぱく質　20.8g 脂質　19.6g 炭水化物　90.0g 塩分　2.2g
2 火	肉うどん のり塩ポテト チーズ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎お好み焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、プロセスチーズ、かたくちいわし、牛乳、卵、焼き竹輪、豚ばら肉、かつお節、スキムミルク	たまねぎ、葉ねぎ、あおのり、キャベツ	うどん、フライドポテト、なたね油、お好み焼き粉	かつおだし、うすくちしょうゆ、本みりん、食塩、天かす、お好み焼きソース	エネルギー　767kcal たんぱく質　28.1g 脂質　23.3g 炭水化物　119.2g 塩分　5.5g
3 水	菜めしごはん 白身魚のカレームニエル ひじきの煮付け みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎オレンジ風味のパンプディング ◎ヨーグルト	かれい、油揚げ、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、卵、スキムミルク	干しひじき、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、オレンジジュース、オレンジマーマレード	うるち米、薄力粉、なたね油、有塩バター、三温糖、上白糖	菜めし、食塩、カレー粉、こいくちしょうゆ、本みりん、カットインゲン、かつおだし、米みそ、かんぱん、パンの耳、メロンシロップ	エネルギー　514kcal たんぱく質　25.5g 脂質　8.3g 炭水化物　88.2g 塩分　2.1g
4 木	カレーライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ジャムサンド ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、ロースハム、プロセスチーズ、卵、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、コーン缶、きよみ、いちごジャム	なたね油、うるち米、じゃがいも、食パン	カレールウ、コールスロードレッシング	エネルギー　636kcal たんぱく質　23.1g 脂質　21.8g 炭水化物　94.6g 塩分　2.2g
5 金	ふりかけごはん 照焼チキンオムレツ 和風サラダ スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チュロス ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	卵、鶏もも肉、ピザ用チーズ、鶏むね肉、ベーコン、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、干しひじき、りょくとうもやし	うるち米、なたね油、グラニュー糖	かつおふりかけ、マヨネーズ、焼き鳥のたれ、食塩、すりおろしオニオン、コンソメ、チュロス	エネルギー　565kcal たんぱく質　22.6g 脂質　21.5g 炭水化物　75.7g 塩分　2.0g
6 土	ロールパン ビーフシチュー コールスローサラダ バナナ	〇きなこもち(乳児) 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎ソフトせんべい ◎おかき（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ホールトマト缶、キャベツ、コーン缶、バナナ	じゃがいも	麦ロール、ビーフシチュールー、セパレートドレッシング、きなこもち、フルーツ豆乳、ソフトせんべい、おかき	エネルギー　640kcal たんぱく質　23.4g 脂質　23.0g 炭水化物　90.9g 塩分　2.4g
8 月	ゆかりごはん 鶏肉のしょうゆこうじ焼 春キャベツの和え物 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎いちご風味蒸しパン ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、焼き竹輪、油揚げ、かたくちいわし、牛乳、卵、スキムミルク	キャベツ、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、いちごジャム	うるち米、なたね油、三温糖、ごま	ゆかり粉、しょうゆこうじ、米酢、米みそ、うすくちしょうゆ、かつおだし、蒸しパンの素、ストロベリーシロップ	エネルギー　549kcal たんぱく質　23.0g 脂質　18.3g 炭水化物　77.7g 塩分　2.3g
9 火	焼きそば ポテ玉サラダ 豆乳スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎きなこパン ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	かつお節、豚ばら肉、卵、ロースハム、豆乳、鶏もも肉、かたくちいわし、牛乳、きな粉、スキムミルク	あおのり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、りょくとうもやし、きゅうり、こまつな、ぶなしめじ	なたね油、中華めん、じゃがいも、上白糖	焼きそばソース、お好み焼きソース、マヨネーズ、食塩、コンソメ、超熟ロール	エネルギー　636kcal たんぱく質　25.4g 脂質　21.9g 炭水化物　95.7g 塩分　3.1g
10 水	ごはん タラの南蛮漬 青菜ソティ みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ピザトースト ◎ヨーグルト	たら、ベーコン、絹厚揚げ、かたくちいわし、牛乳、プロセスチーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、こまつな、コーン缶、えのきたけ、乾燥わかめ、葉ねぎ	うるち米、三温糖、かたくり粉、なたね油、食パン	米酢、うすくちしょうゆ、食塩、かつおだし、米みそ、かんぱん、トマトケチャップ、メロンシロップ	エネルギー　537kcal たんぱく質　24.6g 脂質　14.1g 炭水化物　80.6g 塩分　2.5g
11 木	しらすごはん 松風焼き 炒り豆腐 かき玉汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎フルーチェ ◎ソフトせんべい ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	しらす干し、鶏ひき肉、卵、木綿豆腐、ひら天、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、おおさかしろな、えのきたけ	うるち米、パン粉、ごま、なたね油、三温糖	食塩、料理酒、米みそ、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、フルーチェ、ソフトせんべい	エネルギー　587kcal たんぱく質　26.9g 脂質　18.7g 炭水化物　82.4g 塩分　2.0g
12 金	カレーライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ミニ野菜カステラ ◎小魚（幼児） ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、卵、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、ネーブルオレンジ	なたね油、うるち米、じゃがいも	カレールウ、すりおろしオニオン、ミニ野菜カステラ	エネルギー　622kcal たんぱく質　22.2g 脂質　22.4g 炭水化物　90.3g 塩分　1.9g
13 土	ロールパン ハムステーキ バナナ 野菜スープ	〇クラッカー(乳児) 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎味しらべ ◎マリービスケット（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	グルメイドステーキ、鶏もも肉、牛乳	ブロッコリー、バナナ、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、キャベツ	じゃがいも	麦ロール、コンソメ、食塩、クラッカー、フルーツ豆乳、味しらべ、マリービスケット	エネルギー　706kcal たんぱく質　26.8g 脂質　33.4g 炭水化物　80.2g 塩分　3.1g

日付	献立名		食材名				栄養価
	昼食	おやつ （〇朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他	
15 月	ごはん 豚肉の生姜炒め 切干大根の煮付け みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎おからのパンケーキ ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、油揚げ、かたくちいわし、牛乳、卵、おから、スキムミルク	たまねぎ、しょうが、切干しだいこん、にんじん、かぼちゃ、葉ねぎ	うるち米、なたね油、三温糖、ホットケーキミックス、有塩バター、メープルシロップ	こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、カットインゲン、かつおだし、うすくちしょうゆ、米みそ	エネルギー 533kcal たんぱく質 23.7g 脂質 15.0g 炭水化物 81.1g 塩分 1.6g
16 火	ナポリタンスパゲティ フルーツヨーグルト スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ワッフル ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	粉チーズ、ロースハム、プレーンヨーグルト、鶏もも肉、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、黄桃缶、パイナップル缶、みかん缶、プルーン、こまつな、ぶなしめじ	なたね油、スパゲッティ、じゃがいも	コンソメ、トマトケチャップ、食塩、ワッフル	エネルギー 680kcal たんぱく質 22.3g 脂質 26.7g 炭水化物 95.4g 塩分 2.2g
17 水	たけのこごはん 鯖の塩こうじ焼 高野豆腐の卵とじ みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎コーンマヨパン ◎ヨーグルト	油揚げ、さば、卵、高野豆腐、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たけのこ、にんじん、干ししいたけ、おおさかしろな、コーン缶	うるち米、なたね油、塩こうじ、三温糖、有塩バター	うすくちしょうゆ、本みりん、料理酒、食塩、かつおだし、こいくちしょうゆ、米みそ、かんぱん、超熟ロール、マヨネーズ、メロンシロップ	エネルギー 558kcal たんぱく質 27.9g 脂質 19.1g 炭水化物 73.8g 塩分 2.4g
18 木	マーボ丼 春雨サラダ かき玉スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎マカロニのクリーム煮 ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	絹ごし豆腐、豚ひき肉、ロースハム、卵、蒸しかまぼこ、かたくちいわし、牛乳、鶏ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、長ねぎ、しょうが、にんにく、きゅうり、チンゲンサイ、しいたけ	なたね油、ごま油、かたくり粉、うるち米、三温糖、はるさめ、マカロニ	鶏がらだし、赤みそ、うすくちしょうゆ、米酢、食塩、クリームシチュー素	エネルギー 576kcal たんぱく質 24.7g 脂質 18.9g 炭水化物 82.6g 塩分 1.6g
19 金	ハヤシライス サラダ 果物	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎豆乳くずもち ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	牛もも肉、卵、かたくちいわし、牛乳、豆乳、きな粉、スキムミルク	たまねぎ、マッシュルーム、ホールトマト缶、ブロッコリー、きゅうり、トマト、コーン缶、パイナップル	うるち米、なたね油、かたくり粉、上白糖	ハヤシルウ、すりおろしオニオン、食塩	エネルギー 597kcal たんぱく質 24.8g 脂質 21.0g 炭水化物 83.1g 塩分 1.6g
20 土	ロールパン タンドリーチキン バナナ 豆乳シチュー	〇ソフトせんべい 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎星たべよ ◎ロアンヌ（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、豆乳ヨーグルト、豆乳、豚もも肉、牛乳	たまねぎ、しょうが、にんにく、バナナ、ブロッコリー、にんじん、ぶなしめじ	じゃがいも	麦ロール、コンソメ、カレー粉、トマトケチャップ、食塩、ソフトせんべい、フルーツ豆乳、星たべよ、ロアンヌ	エネルギー 656kcal たんぱく質 32.1g 脂質 25.5g 炭水化物 81.5g 塩分 2.2g
22 月	ごはん ポークチャップ ジャーマンポテト みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ツナサンド焼 ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、ベーコン、絹厚揚げ、かたくちいわし、牛乳、ツナ缶、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、しいたけ、青ピーマン、にんにく、おおさかしろな	うるち米、なたね油、じゃがいも、有塩バター	トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、食塩、かつおだし、米みそ、超熟ロール、マヨネーズ	エネルギー 600kcal たんぱく質 27.8g 脂質 22.5g 炭水化物 78.6g 塩分 1.7g
23 火	チャンポン麺 レバーの甘辛煮 チーズ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チヂミ焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚もも肉、なると、鶏レバー、プロセスチーズ、かたくちいわし、牛乳、チヂミミックス、卵、豚ばら肉、スキムミルク	はくさい、たまねぎ、にんじん、干ししいたけ、チンゲンサイ、りょくとうもやし、しょうが、にんにく、にら	中華めん、なたね油、ごま油、かたくり粉、三温糖	たけのこ水煮、鶏がらだし、食塩、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、米酢	エネルギー 587kcal たんぱく質 31.8g 脂質 16.8g 炭水化物 86.5g 塩分 2.6g
24 水	豆ごはん 鮭の照焼 若竹煮 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇カンパン（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎じゃがいものチーズ焼き ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	さけ、かたくちいわし、牛乳、ベーコン、ピザ用チーズ、スキムミルク	グリンピース、たけのこ、にんじん、ふき、乾燥わかめ、かぼちゃ、たまねぎ、葉ねぎ、青ピーマン	うるち米、ごま、なたね油、三温糖、じゃがいも	食塩、料理酒、昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、うすくちしょうゆ、米みそ、かんぱん、トマトケチャップ	エネルギー 477kcal たんぱく質 24.0g 脂質 12.5g 炭水化物 72.9g 塩分 2.0g
25 木	ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎焼かりんとう ◎ヨーグルト	牛もも肉、しらす干し、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、きゅうり、乾燥わかめ、こまつな、ぶなしめじ	うるち米、じゃがいも、しらたき、なたね油、三温糖、ごま、黒砂糖	カットインゲン、かつおだし、こいくちしょうゆ、本みりん、米酢、うすくちしょうゆ、米みそ、パンの耳、メロンシロップ	エネルギー 504kcal たんぱく質 20.1g 脂質 9.3g 炭水化物 90.0g 塩分 1.8g
26 金	ごはん チーズハンバーグ サラダ スープ	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎ココア風味のバナナケーキ ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	豚ひき肉、牛ひき肉、卵、プロセスチーズ、しらす干し、かつお節、ベーコン、かたくちいわし、牛乳、スキムミルク	たまねぎ、ブロッコリー、トマト、にんじん、きゅうり、コーン缶、キャベツ、ぶなしめじ、えのきたけ、バナナ	うるち米、パン粉、なたね油、じゃがいも、薄力粉、有塩バター、三温糖、粉糖	食塩、トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、味付けもみのり、すりおろしオニオン、コンソメ、ベーキングパウダー、ピュアココア	エネルギー 674kcal たんぱく質 29.4g 脂質 28.4g 炭水化物 82.9g 塩分 2.2g
27 土	ロールパン ミネストローネ ブロッコリーのツナ和え バナナ	〇味しらべ 〇フルーツ豆乳（乳児） ◎きなこもち ◎おかき（幼児） ◎フルーツ豆乳（乳児） ◎牛乳（幼児）	鶏もも肉、ツナ缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、セロリ、ホールトマト缶、キャベツ、ブロッコリー、バナナ	じゃがいも、マカロニ	麦ロール、コンソメ、食塩、セパレートドレッシング、味しらべ、フルーツ豆乳、きなこもち、おかき	エネルギー 592kcal たんぱく質 22.6g 脂質 20.3g 炭水化物 85.7g 塩分 2.0g

日付	献立名		食材名				栄養価
	昼食	おやつ （〇朝おやつ◎昼おやつ）	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他	
30 火	かおりごはん コロッケ 小松菜の煮びたし みそ汁	〇小魚（乳児） 〇牛乳（乳児） ◎チーズトースト ◎スキムミルク（乳児） ◎牛乳（幼児）	絹厚揚げ、焼き竹輪、かたくちいわし、牛乳、クリームチーズ、ベーコン、スキムミルク	こまつな、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ぶなしめじ、葉ねぎ、青ピーマン	うるち米、なたね油、三温糖、食パン、有塩バター	かおりふりかけ、トマトケチャップ、とんかつソース（かごめ）、ビーフコロッケ、かつおだし、うすくちしょうゆ、料理酒、米みそ	エネルギー 572kcal たんぱく質 20.0g 脂質 19.9g 炭水化物 80.9g 塩分 2.4g

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつの合計です