

風の子保育園・ベビーホーム 幼児・乳児食献立表 令和8年度4月



★4月の魚は「鯖・かれい・鮭・メルルーサ・ホキ・ブリ・赤魚・鯖・たら・鰯」を予定しています。  
 ★未食の食材がある場合は、あらかじめご家庭で食べていただくようお願いいたします。  
 ★仕入れの都合により、食材を変更する場合があります。  
 ★完了食は、乳幼児食を食べやすく配慮して提供します。噛み切りにくい食材は別の食材で対応し、場合によっては除去します。また、生果物は提供しますが、生野菜は加熱しての提供となります。  
 ★食品の材料は、【お昼/午後おやつ】に記載しています。

1か月平均栄養量  
 ◎幼児：エネルギー500kcal・たんぱく質17g  
 ◎乳児：エネルギー410kcal・たんぱく質15g

曜日	
日にち	給食の献立
午前おやつ(乳児)	赤色の食品 (血や肉になる)
午後おやつ	緑色の食品 (からだの調子を整える)
	黄色の食品 (力や体温となる)

月	火	水	木	金	土
		<p>1</p> <p>ごはん 鯖の西京焼き 切干大根の炒り煮 すまし汁(水菜・大根)</p> <p>さつまいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>さわら,白みそ,油揚げ 高野豆腐/牛乳,きな粉</p> <p>切干じだいこん,にんじん 水菜,大根,わかめ</p> <p>きな粉 蒸しパン ・牛乳</p> <p>米,三温糖,サラダ油, /ホットケーキミックス</p>	<p>2</p> <p>ごはん 鶏じゃが じゃこのばりばりサラダ 味噌汁(白菜・しいたけ)</p> <p>さつまいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>鶏もも肉,ちりめんじゃこ, 油揚げ,味噌/牛乳,豆乳</p> <p>にんじん,玉ねぎ,さやいんげん 大根,水菜,白菜,しいたけ,青ねぎ</p> <p>豆乳 ドーナツ ・牛乳</p> <p>米,じゃがいも,しらたき /三温糖,サラダ油,黒砂糖 ホットケーキミックス</p>	<p>3</p> <p>ごはん かれいの煮つけ 白菜ときゅうりのごま和え 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)</p> <p>ビスケット ・牛乳 (乳児)</p> <p>かれい,厚揚げ,味噌/牛乳</p> <p>白ねぎ,しめじ,にんじん,白菜 きゅうり,玉ねぎ,青ねぎ</p> <p>洋風 じゃがいももち ・牛乳</p> <p>米,三温糖,ごま/じゃがいも マヨドレ,サラダ油,片栗粉</p>	<p>4</p> <p>豚丼 バナナ</p> <p>市販菓子 ・お茶 (乳児)</p> <p>豚肉</p> <p>玉ねぎ,白ねぎ,にんじん,しめじ バナナ</p> <p>市販菓子 ・お茶</p> <p>米,三温糖</p>
<p>6</p> <p>ごはん 鮭の塩麹焼き・昆布の佃煮 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(白菜・厚揚げ)</p> <p>ウエハース ・牛乳 (乳児)</p> <p>鮭,ちりめんじゃこ,厚揚げ,味噌 /牛乳,小豆</p> <p>昆布,きゅうり,わかめ,白菜 青ねぎ</p> <p>小豆 蒸しパン ・牛乳</p> <p>米,ごま,三温糖 /ホットケーキミックス</p>	<p>7</p> <p>ごはん 豚の生姜焼き じゃがいもとひじきのほっこり煮 味噌汁(春キャベツ・きのこ)</p> <p>じゃがいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>豚肉,油揚げ,味噌/牛乳,豆乳, ヨーグルト</p> <p>玉ねぎ,にんじん,生姜,キャベツ ひじき,さやいんげん,春きゃべつ しめじ,しいたけ,えのき,青ねぎ</p> <p>豆乳クッキー, ヨーグルト ・牛乳</p> <p>米,サラダ油,じゃがいも,三温糖 こんにゃく/薄力粉,三温糖, 無塩バター</p>	<p>8</p> <p>ごはん メルルーサのフライ おからの骨太サラダ トマトのスープ</p> <p>コーン フレーク ・牛乳 (乳児)</p> <p>メルルーサ,おから,チーズ, 手羽元,牛乳/牛乳,きな粉</p> <p>コーン,レタス,きゅうり,にんじん しめじ,トマト,キャベツ</p> <p>マカロニ きなこ ・牛乳</p> <p>米,パン粉,サラダ油,三温糖 マヨドレ/マカロニ,黒砂糖</p>	<p>9</p> <p>ごはん 厚揚げチャンプルー 春雨の酢の物 根菜汁</p> <p>さつまいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>ツナ,厚揚げ,かつお節/牛乳</p> <p>玉ねぎ,にら,もやし,にんじん きゅうり,コーン,大根,ごぼう しいたけ,青ねぎ/コーン</p> <p>コーン 蒸しパン ・牛乳</p> <p>米,三温糖,ごま油,緑豆春雨 /ホットケーキミックス,マヨネーズ</p>	<p>10</p> <p>ごはん ホキのチーズパン粉焼き 切干大根のカルシウムサラダ 味噌汁(春キャベツ・じゃがいも)</p> <p>ビスケット ・牛乳 (乳児)</p> <p>ホキ,粉チーズ,ちりめんじゃこ 味噌,油揚げ/牛乳,高野豆腐 きな粉</p> <p>切干大根,きゅうり,にんじん 昆布,春きゃべつ 青ねぎ</p> <p>高野豆腐 の フレンチ トースト ・牛乳</p> <p>米,薄力粉,パン粉,白ごま,三温糖 じゃがいも/三温糖</p>	<p>11</p> <p>麻婆豆腐丼 りんご</p> <p>市販菓子 ・お茶 (乳児)</p> <p>木綿豆腐,豚肉,赤みそ</p> <p>玉ねぎ,白ねぎ,しいたけ,にら りんご</p> <p>市販菓子 ・お茶</p> <p>米,片栗粉,サラダ油</p>
<p>13</p> <p>ごはん ブリの照り焼き 小松菜の梅和え 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ)</p> <p>ウエハース ・牛乳 (乳児)</p> <p>ブリ,油揚げ,味噌/牛乳</p> <p>小松菜,にんじん,エリンギ 梅干し,玉ねぎ,青ねぎ/きざみのり</p> <p>塩おにぎり ・牛乳</p> <p>米/米</p>	<p>14</p> <p>春野菜カレー たまねぎとツナのサラダ オレンジ</p> <p>じゃがいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>牛肉,ツナ,かつお節/牛乳,チーズ</p> <p>玉ねぎ,にんじん,春きゃべつ 水菜,レタス,トマト,オレンジ</p> <p>チーズ, せんべい ・牛乳</p> <p>米,じゃがいも,サラダ油,三温糖 オリーブオイル/塩せんべい</p>	<p>15</p> <p>大豆入りミートスパゲティ わかめサラダ バナナ</p> <p>コーン フレーク ・牛乳 (乳児)</p> <p>合挽ミンチ,大豆,大豆ミート /牛乳</p> <p>玉ねぎ,にんじん,トマト缶 わかめ,レタス,トマト,オクラ バナナ,パセリ,青じそ</p> <p>スイート ポテト パイ風 ・牛乳</p> <p>スパゲッティ,オリーブオイル ハヤシルウ,ウスターソース,ケチャップ /さつまいも,三温糖,ぎょうざの皮</p>	<p>16</p> <p>ごはん 赤魚のあずま煮 れんこんとじゃこの塩きんぴら 味噌汁(白菜・厚揚げ)</p> <p>さつまいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>赤魚,ちりめんじゃこ,厚揚げ 味噌/牛乳</p> <p>れんこん,にんじん,白菜,ごぼう 青ねぎ</p> <p>コーン フレーク おこし ・牛乳</p> <p>米,三温糖,片栗粉,サラダ,ごま油 /コーンフレーク,水あめ,黒砂糖</p>	<p>17</p> <p>ごはん 鶏の唐揚げ 菜の花と新玉ねぎの酢の物 味噌汁(水菜・もやし)</p> <p>ビスケット ・牛乳 (乳児)</p> <p>鶏肉,ちりめんじゃこ,油揚げ,味噌 /牛乳</p> <p>きゅうり,水菜,青ねぎ,新玉ねぎ 菜の花,わかめ</p> <p>ジャム トースト ・牛乳</p> <p>米,片栗粉,サラダ油,白ごま 三温糖,/食パン,いちごジャム</p>	<p>18</p> <p>牛丼 バナナ</p> <p>市販菓子 ・お茶 (乳児)</p> <p>牛肉</p> <p>玉ねぎ,しめじ,にんじん,パセリ</p> <p>市販菓子 ・お茶</p> <p>米,三温糖</p>
<p>20</p> <p>ごはん 鯖の味噌マヨ焼き 切干大根の和風サラダ すまし汁(豆腐・わかめ)</p> <p>ウエハース ・牛乳 (乳児)</p> <p>鯖,味噌,木綿豆腐/牛乳</p> <p>切干大根,きゅうり,にんじん わかめ,青ねぎ</p> <p>フライド ポテト ・牛乳</p> <p>米,マヨドレ,ごま油 /じゃがいも,サラダ油</p>	<p>21</p> <p>ごはん 高野豆腐の磯辺揚げ 春雨サラダ 豚汁</p> <p>じゃがいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>高野豆腐,豚肉,味噌/牛乳,小豆</p> <p>あおさ,きゅうり,にんじん,コーン 大根,ごぼう,しいたけ,青ねぎ /粉寒天</p> <p>水ようかん ・牛乳</p> <p>米,薄力粉,サラダ油,三温糖 緑豆はるさめ,マヨドレ, こんにゃく/三温糖</p>	<p>22</p> <p>食パン ポークチャップ 白菜とりんごのサラダ チーズ</p> <p>コーン フレーク ・牛乳 (乳児)</p> <p>豚肉,かつお節,チーズ 牛乳/かつお節</p> <p>玉ねぎ,にんじん,しめじ,白菜 ピーマン,マッシュルーム りんご</p> <p>おなか おにぎり ・牛乳</p> <p>食パン,薄力粉,白ごま,三温糖 ごま油,サラダ油,ウスターソース ケチャップ/米,白ごま</p>	<p>23</p> <p>ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の納豆和え けんちん汁</p> <p>さつまいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>鯖,納豆,木綿豆腐/牛乳</p> <p>大根,ほうれん草,にんじん しめじ,ごぼう,青ねぎ</p> <p>カルピス 蒸しパン ・牛乳</p> <p>米,三温糖,こんにゃく,ごま油 /カルピス,ホットケーキミックス</p>	<p>24</p> <p>ごはん たらのカレーニエル マカロニサラダ 野菜スープ</p> <p>ビスケット ・牛乳 (乳児)</p> <p>たら,手羽元/牛乳</p> <p>きゅうり,にんじん,コーン 玉ねぎ,キャベツ/かぼちゃ</p> <p>パンブキン パイ風 ・牛乳</p> <p>米,薄力粉,オリーブオイル マカロニ,マヨドレ,三温糖,カレー粉 /ぎょうざの皮,サラダ油,三温糖</p>	<p>25</p> <p>チキンカレー オレンジ</p> <p>市販菓子 ・お茶 (乳児)</p> <p>鶏肉</p> <p>玉ねぎ,にんじん,オレンジ</p> <p>市販菓子 ・お茶</p> <p>米,じゃがいも,サラダ油 カレールウ</p>
<p>27</p> <p>ごはん 鰯の竜田揚げ ゆで野菜のごまマヨサラダ にゅうめん</p> <p>ウエハース ・牛乳 (乳児)</p> <p>鰯,牛乳</p> <p>春きゃべつ,しめじ,トマト ブロッコリー,わかめ,青ねぎ /青のり</p> <p>マカロニ おこのみ ・牛乳</p> <p>米,片栗粉,サラダ油,マヨドレ 三温糖,白ごま,そつめん/マカロニ ウスターソース,ケチャップ</p>	<p>28</p> <p>ごはん しかくハンバーグ きのこほうれん草のソテー 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)</p> <p>じゃがいも スティック ・牛乳 (乳児)</p> <p>合挽ミンチ,木綿豆腐,油揚げ 味噌/牛乳,きな粉</p> <p>玉ねぎ,ほうれん草,にんじん しめじ,しいたけ,青ねぎ</p> <p>ゴマ きなこ糰 ・牛乳</p> <p>米,パン粉,三温糖,サラダ油 じゃがいも,ケチャップ,ウスターソース /水あめ,白ごま,黒ごま</p>	<p>29</p> <p>昭和の日</p>	<p>30</p> <p>ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ チンゲン菜ともやしのナムル 中華スープ</p> <p>コーン フレーク ・牛乳 (乳児)</p> <p>厚揚げ,手羽元/牛乳</p> <p>玉ねぎ,にんじん,ピーマン チンゲン菜,緑豆もやし,わかめ 青ねぎ</p> <p>メープル クッキー ・牛乳</p> <p>米,三温糖,片栗粉,サラダ油 白ごま,ごま油 /メープルシロップ,薄力粉</p>		