

4月



幼児食



2025年

赤 血や肉・骨となる

黄 熱や力となる

緑 体の調子をよくする

曜日	献立名	主な食材			おやつ	曜日	献立名	主な食材(昼食)			おやつ
		赤	黄	緑				赤	黄	緑	
1 (火)	○もずく丼 ○野菜チーズ焼き ○みそ汁 ○果物	豚肉 チーズ 豆腐	米	もずく 人参・玉葱 ピーマン 生姜・南瓜 ブロッコリー わかめ オレンジ	○ヒヤヤーチー ○牛乳	16 (水)	○カレーピラフ ○ちくわの磯部揚げ ○トマトとツナの和え物 ○みそ汁 ○果物	豚肉 ちくわ ツナ缶	米	人参・玉葱 ピーマン 青のり トマト・胡瓜 キャベツ バナナ	○チーズパン ○牛乳
2 (水)	○チキンカレーライス ○わかめスープ ○フルーツヨーグルト	鶏肉 ヨーグルト	米・麩 じゃが芋	玉葱・人参 胡瓜・わかめ パイン缶 もも缶 バナナ	○ジャムサンド (ブルーベリー) ○牛乳	17 (木)	○白ご飯 ○豆腐の野菜あんかけ ○ひじきの煮物 ○豚汁 ○果物	豆腐 豚肉	米 こんにゃく	ピーマン えのき・玉葱 パプリカ 人参・ひじき ニラ・大根 ごぼう・小葱 りんご	○ぜんざい ○せんべい
3 (木)	○白ご飯 ○白身魚の天ぷら ○きんぴらごぼう ○イナムルチ ○果物	白身魚 鶏卵 かまぼこ	米 こんにゃく	ごぼう・人参 ピーマン 大根・椎茸 小葱 バナナ	○ホットケーキ ○牛乳	18 (金)	○コッペパン ○マカロニグラタン ○ほうれん草ソテー ○スープ ○果物	鶏肉 チーズ ベーコン	コッペパン マカロニ じゃが芋	玉葱・コーン ブロッコリー ほうれん草 人参・バナナ	○おにぎり (じゃこおか か)
4 (金)	○きびご飯 ○麻婆豆腐 ○パンサンスー ○かき玉汁 ○果物	豚肉 豆腐 ハム 鶏卵	米 春雨	玉葱・人参 竹の子 ニラ・椎茸 にんにく 生姜・もやし 胡瓜・えのき 小葱・りんご	○大学芋 ○牛乳	19 (土)	○豚肉のみそ丼 ○胡瓜の和え物 ○すまし汁 ○果物	豚肉 豆腐	米	玉葱・人参 ほうれん草 胡瓜・わかめ オレンジ	○ポテコ ○牛乳
5 (土)	○白ご飯 ○ローストチキン ○胡瓜の和え物 ○みそ汁 ○果物	鶏肉	米	玉葱・生姜 にんにく 胡瓜・人参 ほうれん草 オレンジ	○おにぎり (ゆかり)	21 (月)	○ハヤシライス ○ツナと胡瓜のサラダ ○かき玉汁 ○果物	豚肉 ツナ缶 鶏卵	米 じゃが芋	玉葱・人参 マッシュ ルーム缶 いんげん 胡瓜・バナナ キャベツ ほうれん草	○パン ケーキ ○牛乳
7 (月)	○白ご飯 ○ポークチャップ ○焼き野菜 ○コンソメスープ ○果物	豚肉	米 じゃが芋	玉葱・人参 マッシュ ルーム缶 ブロッコリー キャベツ コーン パプリカ バナナ	○チンピン ○牛乳	22 (火)	○白ご飯 ○魚のケチャップあん ○焼き南瓜 ○もずく酢 ○みそ汁 ○果物	白身魚	米	キャベツ 南瓜・胡瓜 もずく・大根 ほうれん草 オレンジ	○ポーポー ○牛乳
8 (火)	○きびご飯 ○魚の竜田揚げ ○クーブイリチー ○みそ汁 ○果物	白身魚	米 もちきび こんにゃく	人参・玉葱 刻み昆布 ほうれん草 オレンジ	○チーズ スコーン ○牛乳	23 (水)	○きびご飯 ○煮付け ○カリカリ胡瓜 ○わかめスープ ○果物	豚肉 豆腐	米・麩 もちきび	大根・人参 昆布・胡瓜 玉葱・わかめ オレンジ	○みたらし団子 ○牛乳
9 (水)	<h2>弁当会</h2>				○たいやき ○牛乳	24 (木)	○白ご飯 ○魚の甘酢焼き ○白菜春雨炒め ○みそ汁 ○果物	白身魚 油揚げ	米・春雨	白菜・人参 ピーマン えのき わかめ りんご	○焼き芋 ○牛乳
10 (木)	○白ご飯 ○厚揚げの炒め物 ○小松菜しらすサラダ ○みそ汁 ○果物	厚揚げ 豚肉 しらす	米	人参・玉葱 しめじ・ニラ 小松菜 キャベツ 大根・わかめ りんご	○アーモンド ラスク ○牛乳	25 (金)	○白ご飯 ○和風ハンバーグ ○マカロニサラダ ○スープ ○果物	豚肉 豆腐 ベーコン	米 マカロニ	玉葱・大根 胡瓜・人参 コーン 白菜・玉葱 ゼリー	○誕生日ケー キ ○牛乳
11 (金)	○きびご飯 ○さばの梅煮 ○野菜炒め ○ゆし豆腐 ○果物	さば 豚肉 ゆし豆腐	米 もちきび しらたき	キャベツ 人参・玉葱 ピーマン バナナ・小葱	○くずもち ○牛乳	26 (土)	○きのこご飯 ○じゃが芋ソテー ○すまし汁 ○果物	鶏肉 豆腐	米 じゃが芋	人参・しめじ 小葱・玉葱 わかめ オレンジ	○ピーノ ○牛乳
12 (土)	○白ご飯 ○肉じゃが ○みそ汁 ○果物	豚肉 油揚げ	米 じゃが芋 しらたき	玉葱・人参 いんげん わかめ オレンジ	○はちや棒 ○牛乳	28 (月)	○きびご飯 ○豚大根のみそ煮 ○ひじきのツナ和え ○そうめん汁 ○果物	豚肉 ツナ缶	米 もちきび そうめん	大根・人参 いんげん ひじき・小葱 バナナ	○蒸しパン ○牛乳
14 (月)	○白ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○人参しりしり ○みそ汁 ○果物	豚肉 鶏卵 ツナ缶	米	生姜・人参 玉葱・ニラ 大根 ほうれん草 りんご	○芋天ぷら ○牛乳	29 (火)	<h2>昭和の日</h2>				
15 (火)	○ナポリタン ○コールスローサラダ ○わかめスープ ○果物	ウインナー チーズ 豆腐	スパ麺	玉葱・人参 ピーマン トマト缶 ブロッコリー マッシュ ルーム缶 コーン キャベツ	○焼きおにぎり (ごまみぞ)	30 (水)	○竹の子ご飯 ○さばの塩焼き ○キャベツのごま和え ○みそ汁 ○果物	さば 油揚げ	米	竹の子 人参・椎茸 きぬさや キャベツ えのき わかめ オレンジ	○人参ケーキ ○牛乳

★材料・行事・その他の都合により、献立を変更することがあります。
★アレルギー対応献立は、個別に配布しています。