



平成29年4月分予定献立表

いぶんほいくえん

ひ 日	よう 曜	こ ん だ て め い 献 立 名	ざいりょう				かんしょく		
			ちやにくやほねになる しょくひん	なつやちからになる しょくひん	からだのちようしをととのえる しょくひん	そ の た	午前おやつ	午後おやつ	長時間おやつ
							3歳未満児	全園児	長時間保育児
1	土	わかめごはん みそしる バナナ	わかめ あげ けずりぶし みそ	こめ じゃがいも				かっぱえびせん	
3	月	ごはん だいたハンバーグ やさしいソー コーンスープ		こめ あぶら マヨドレ さとう あぶら	たまねぎ きゅべつ にんじん ビーマン クリームコーンかん たまねぎ	ケチャップ ソース コンソメ		おちゃ ボンがし おかし りんごジュース	
4	火	にくごはん ほうれんそうのごまあえ いちご みそしる	ぶたにく ごま さとう	こめ さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん いとこんにやく ほうれんそう いちご えのきだけ	しょうゆ しょうゆ		おちゃ ☆さつまいもき んとん しおせんべい	
5	水	ごはん とりにくとさつまいものあげに しろいんげんのポタージュ	とりささみ とりにく とうにゅう	こめ あぶら かたくりこ さとう さつまいも みりん	ピーマン しょうが にんじん パセリ たまねぎ いんげんペースト	しょうゆ さけ コンソメ		おちゃ こめスナック むらさきいもせ んべい	
6	木	ごはん ふりかけ にくじゃが はるキャベツサラダ	ぎゅうにく ツナかん	こめ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん いんげん いとこんにやく コーンかん きゅうり キャベツ にんじん	ふりかけ しょうゆ さけ		おちゃ ひじきせんべい ポテトスナック	
7	金	ゆかりごはん ぶたにくときゅべつのみそいため すましじる	ぶたにく みそ とりにく けずりぶし とうふ	こめ さとう ごまあぶら	きゅべつ ビーマン たまねぎ にんじん ほうれんそう えのきだけ	しそこ しょうゆ しょうゆ		おちゃ さんしょくはな せんべい ぶがし	
8	土	にゅうえんしき							
10	月	ごはん ふりかけ ひじきいりとうふのあげだんご ブロッコリー コーンスープ	ひじき とうふ ぶたひきにく	こめ かたくりこ あぶら	ねぎ ブロッコリー にんじん いんげん たまねぎ クリームコーンかん	ふりかけ ケチャップ	ぎゅうにゅう	ヨーグルト クラッカー	
11	火	にしょくごはん まろやかさつましる キャベツとコーンのサラダ	とりひきにく みそ けずりぶし あげ とうにゅう	こめ さとう あぶら さつまいも	にんじん にんじん はくさい ねぎ コーンかん きゅうり キャベツ	しょうゆ	ぎゅうにゅう	アップルゼリー えびせんべい	
12	水	ごはん ふりかけ ポテトスープ とりにくのやわらかに キャベツとにんじんのごまあえ	とりささみ とりにく	こめ じゃがいも みりん さとう	コーンかん もやし しょうが キャベツ にんじん	ふりかけ コンソメ しょうゆ さけ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ポテトスナック ココアビスケット	
13	木	ごはん ふりかけ かんとくに ひじきいりきんぴらつくね ブロッコリーのおかかあえ	とりにく はんぺん ちくわ けずりぶし こんぶ	こめ さとう	だいこん にんじん こんにやく ブロッコリー	ふりかけ しょうゆ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう バナナスティック ケーキ コーンスナック	
14	金	チキンライス やさしいスープ いちご	とりにく とりにく	こめ さとう じゃがいも	ピースかん ほししいたけ にんじん たまねぎ にんじん きゅべつ コーンかん	ケチャッ プ コンソメ	ぎゅうにゅう	おちゃ ☆はなみだんご たまごパン ミレービスケット	
15	土	わかめごはん やさしいスープ バナナ	わかめ のり とりにく	こめ じゃがいも	たまねぎ きゅべつ にんじん コーンかん バナナ	コンソメ		ビスケット	
17	月	カレーライス キャベツのサラダ ミニフィッシュ	ぶたにく ミニフィッシュ	こめ あぶら カレールウ じゃがいも マヨドレ	たまねぎ にんじん きゅうり りんご キャベツ		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう コーンフレーク キャラメルコー ン	
18	火	つなピラフ ミニゼリー ポテトスープ ウインナー ブロッコリー ツナグレット ミニゼリー	ツナかん ベーコン ウインナー	こめ あぶら ミニゼリー じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん ビーマン きゅべつ コーンかん ブロッコリー にんじん	コンソメ コンソメ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ケーキ ロールケーキ やさしいスナック	

※ 都合により献立を変更する場合があります。 ☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のやつにする場合があります。
午後のおやつで()は、乳児のおやつです。

平日	エネルギー 562kcal	たんぱく質 20.7g	脂質 17.4g	カルシウム 261mg	鉄 3.5mg
----	---------------	-------------	----------	-------------	---------

ひ 日	よう 曜	こ ん だ て め い 献 立 名	ざ い り ょう				か ん し ょ く		
			ち や に く や ほ ね に な る し ょ く ひ ん	ね つ や ち か ら に な る し ょ く ひ ん	か ら だ の ち ょ う し ょ を と の え る し ょ く ひ ん	そ の た	午 前 お や つ	午 後 お や つ	長 時 間 お や つ
							3 歳 未 満 児	全 園 児	長 時 間 保 育 児
19	水	ごはん ぶりかけ マーボーとうふ ちゅうかスープ	とうふ みそ ぶたひきにく わかめ	あぶら みりん かたくりこ ごま	たまねぎ にんじん もやし ねぎ ほししいだけ にんじん コーンかん たけのこ	ぶりかけ コンソメ ちゅうか スープ	ぎゅうにゅう	とうにゅうあん にんどうぶのフ ルーツそえ	やきいもクッ キー
20	木	ごはん さばのみそに みそしる キャツとにんじんのごまあえ	さばのみそに けずりぶし みそ わかめ	じゃがいも さとう ごま	ねぎ えのきだけ きゃべつ もやし にんじん	しょうゆ	ぎゅうにゅう	おちゃ かしわもち (低)クッピー ラムネ	ミニやさいス ティック
21	金	おやこふれあいさんかん ふほのかいそうかい							
22	土	ちゅうかそば バナナ	ぶたひきにく	ちゅうかそば あぶら	もやし きゃべつ にんじん フルーツ	スープの もと しょうゆ	サッポロポテト		
24	月	ごはん ぶりかけ ミートボールチャウダー ほうれんそうとツナあえ	とりひきにく とうにゅう ツナかん	じゃがいも かたくりこ ごま さとう	たまねぎ にんじん フロッコリー クリームコーンかん ほうれんそう	ぶりかけ コンソメ しょうゆ	ぎゅうにゅう	おちゃ ☆まっちゃん びもち (低) どうぶつ えんぜりー	ポテトスナック
25	火	ごはん バナナ ひじきとだいずのもの にくだんご 餅 1杯キャツ	だいず かまぼこ ひじき あげ ささみ にくだんご	あぶら さとう にんじん えだまめ きゃべつ	バナナ	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう やさいゼリー	おかし
26	水	ごはん とうふとたまごのｶｰﾄﾞｰｽ ほうれんそうとｺｰﾝのｸﾞｰﾄﾞ ヨーグルトかけ	とうふ ｳｰｺﾝ たまご	あぶら ｶｰﾚｰﾙ たまねぎ にんじん ほうれんそう コーンかん ｶﾝﾊﾟﾝ ｷｷかん ｳﾞｲかん	カレーア ロマ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ☆ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ	おかし	
27	木	ごはん やきのり バナナ なまあげのそぼろあんかけ ｱｶﾞｰ・ｺﾝｼﾞﾝのあまみそそえ	ぶたひきにく なまあげ みそ	さとう あぶら かたくりこ さとう	たまねぎ にんじん ほししいだけ しょうが むぎえだまめ にんじん あずばら	しょうゆ	ぎゅうにゅう	とうにゅう ☆あべかわ	おかし
28	金	わかめごはん オレンジ かぼちゃコロッケ 餅 1杯キャツ とうにゅういりぐたくさんぶた じる	わかめ ぶたひきにく ぶたにく とうふ みそ けずりぶし とうにゅう	ごめ あぶら じゃがいも	オレンジ かぼちゃコロッケ キャベツ ねぎ にんじん だいこん えのきだけ	ソース	ぎゅうにゅう	フルーチェ	おかし

※ 都合により献立を変更する場合があります。 ☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のやつにする場合があります。
午後のおやつで()は、乳児のおやつです。

給食だより

入園、進級おめでとございます。

食は自然の恵みであり、食べることは生きる源。食は体だけでなく、喜びや幸せといった心の豊かさにもつながります。給食は、栄養を補給するだけでなく、友達との関わりを通して食べることを楽しみ合い、豊かな食の体験を積み重ねていくことをねらいとしています。

おいしい給食

子どもたちに必要な栄養を届けるために、食の“おいしさ”はとても大切です。

子どもたちが“おいしい”と感じることができるようにと保育園では多くの人が協力し、給食を作っています。

①毎日出来立てのおいしさ！

適時・適温はおいしさの必須条件。
食べる時間に合わせて調理しています。



②新鮮な旬の食材のおいしさ！

安心・安全な食材を納品してもらっています。
旬の食材はおいしいだけでなく栄養も豊富です。



③空腹時に食べるおいしさ！

体を動かしてお腹を空かすことがポイント



④子どもの発達を考慮した食事のおいしさ！

消化吸収・咀嚼機能を考慮して調理しています



⑤食に携わる人に感謝する気持ちから生まれるおいしさ！



生産者

運送業

調理員

食べる

楽しい給食

食の楽しさは食そのもののおいさと、人とのコミュニケーションから生まれるものです。

保育園では一年の様々な行事を通して季節を感じ、日本の文化に触れることができる機会があります。

子どもたちは、毎日の食事と誕生日会や行事食を通して食の楽しさと大切さを感じることができます。

※ 食物アレルギーのお子さんは、園に連絡ください。また、生活管理指導表の提出をお願いします。

		生後 5・6か月頃		7・8か月頃		9～11か月頃	
日	曜	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料
1	土	10倍かゆ みそ汁裏ごし	米 みそ たまねぎ じゃがいも だし汁	わかめかゆ みそ汁つぶし	+わかめきざみ	わかめかゆ みそ汁つぶし	+あげ
3	月	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン スープ	7倍かゆ 野菜スープつぶし	同	5倍かゆ 大豆 ハンバーグ中身つぶし スープつぶし	+ミンチ 大豆 +クリームコーン缶
4	火	野菜かゆ ほうれん草の裏ごし	米 玉ねぎ 人参 ほうれん草	野菜かゆ ぶつぶし ほうれん草つぶし フルーツつぶし	+フルーツ	野菜かゆ ほうれん草ごま和えきざみ フルーツきざみ	+すりごま
5	水	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし	米 玉ねぎ さつまいも 人参	7倍かゆ 野菜スープつぶし	同	五目かゆ 野菜スープつぶし	+ ピーマン +とり肉きざみ いんげんペースト
6	木	10倍かゆ 野菜煮裏ごし キャベツの裏ごし	米 キャベツ 人参 玉ねぎ じゃが芋	7倍かゆ 野菜煮つぶし キャベツ煮つぶし	+ツナ缶湯通し	5倍かゆ 野菜煮つぶし キャベツ煮きざみ	同
7	金	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし 豆腐の裏ごし	米 キャベツ ピーマン 玉ねぎ 人参 豆腐	7倍かゆ 野菜スープつぶし 豆腐と ほうれん草のつぶし煮	+ほうれん草	5倍かゆ 野菜味噌煮つぶし 豆腐とほうれん草つぶし	+味噌
8	土	入園式					
10	月	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし ブロッコリーの裏ごし 豆腐の裏ごし	米 玉ねぎ 人参 きゃべつ 豆腐 ブロッコリー	7倍かゆ 野菜スープつぶし ブロッコリーつぶし 豆腐つぶし	同	5倍かゆ 野菜スープつぶし 豆腐つぶし	+ ミンチ +クリームコーン缶
11	火	人参かゆ みそ汁裏ごし	米 人参 みそ さつまいも 白菜 だし汁	二色かゆ みそ汁つぶし	+豆乳	二色かゆ みそ汁つぶし	+ミンチ
12	水	10倍かゆ ポテトスープ煮裏ごし	米 じゃが芋 人参 キャベツ スープ	7倍かゆ ポテトスープつぶし	同	5倍かゆ ポテトスープつぶし	+鶏ささみきざみ
13	木	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし ブロッコリーの裏ごし	米 人参 スープ 大根 ブロッコリー	7倍かゆ 7ルツつぶし 野菜スープつぶし ブロッコリーつぶし	+ひじき +フルーツ	5倍かゆ 7ルツきざみ 野菜煮つぶし ブロッコリーきざみ	同
14	金	10倍かゆ 野菜スープ裏ごし フルーツ裏ごし	米 玉ねぎ キャベツ 人参	7倍かゆ 野菜 スープつぶし フ ルーツつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープつぶし フルーツきざみ	+鶏肉きざみ
15	土	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし フルーツ裏ごし	こめ キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ スープ	7倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同
17	月	10倍かゆ やさいスープ裏ごし フルーツおろし	米 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ ミルク りんご	7倍かゆ やさいスープつぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ やさいスープつぶし フルーツきざみ	同
18	火	洋風かゆ ポテトスープ裏ごし ブロッコリーの裏ごし	米 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ コーン じゃが芋 ブロッコリー スープ	洋風かゆ ポテトスープつぶし ブロッコリーのつぶし	+ツナ缶湯通し	洋風かゆ ポテトスープつぶし ブロッコリーのきざみ	同
19	水	10倍かゆ 豆腐みそ汁裏ごし 野菜の裏ごし	米 豆腐 みそ 大根 玉ねぎ 人参	7倍かゆ 豆腐みそ汁つぶし 野菜煮つぶし	同	5倍かゆ 豆腐味噌汁つぶし 野菜煮きざみ	同
20	木	10倍かゆ 煮魚ほぐし みそ汁裏ごし 人参キャベツの裏ごし	米 ※白身魚 味噌 だし汁 じゃがいも キャベツ 人参	7倍かゆ 煮魚ほぐし みそ汁裏つぶし 人参キャベツつぶし	同	5倍かゆ 煮魚ほぐし みそ汁裏つぶし 人参キャベツのきざみ	同
21	金	親子触れ合い参観 父母の会総会					
22	土	野菜かゆ フルーツ裏ごし	米 キャベツ 人参 フルーツ	野菜かゆ フルーツつぶし	同	五目かゆ フルーツきざみ	+ミンチ
24	月	10倍かゆ じゃが芋煮裏ごし 野菜スープ裏ごし	米 じゃが芋 人参 たまねぎ ブロッコリー ほ うれん草 スープ	7倍かゆ ほうれん草つ ぶし じゃが芋煮つぶし 野菜スープつぶし	+ツナ缶湯通し	5倍かゆ ほうれん草きざみ じゃが芋煮つぶし 野菜スープつぶし	+とり挽肉
25	火	10倍かゆ 野菜煮物裏ごし ブロッコリーの裏ごし	米 人参 大根 ブロッコリー だし汁	7倍かゆ ブロッコリーつぶし 野菜煮物つぶし フルー ツつぶし	同	5倍かゆ ブロッコリーのおか あえきざみ 野菜煮物つぶ し 7ルツきざみ	+とり肉きざみ
26	水	野菜かゆ 豆腐の裏ごし ほうれん草の裏ごし	米 玉ねぎ 人参 豆腐 ほうれん草	野菜かゆ 豆腐のつぶし ほうれん草のつぶし	同	五目かゆ 豆腐煮 7ルツきざみ ほうれん草 きざみ	+みかん缶 もも缶
27	木	10倍かゆ 生あげ中身煮物裏ごし アスパラ裏ごし	米 生あげ中身 玉ねぎ 人参 アスパラ	7倍かゆ 生あげ中身煮物つぶし アスパラつぶし フルーツつぶし	+フルーツ	5倍かゆ 生あげ中身煮物つぶし アスパラきざみ フルーツきざみ	+ミンチ
28	金	10倍かゆ 野菜煮の裏ごし とうふ汁の裏ごし	米 キャベツ 大根 人参 とうふ じゃがいも	わかめ入り野菜かゆ みそ汁つぶし フルーツつぶし	+わかめ 里芋	わかめ入り野菜かゆ みそ汁つぶし フルーツつぶし	+豆乳

※ 印は献立以外の材料になります。