

# 令和6年4月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃よこはまこども園 予定献立表

## ご入園ご進級

おめでとうございます。

～食べることを通じて、子どもたちの心と体の成長を応援します～

- ☆いっしょに食べると心もシアワセ
- ☆うすあじのスヌメ
- ☆おなか「グ～！」でおいしい食事
- ☆心と体で季節を感じて
- ☆食べることに興味をもつ子どもに
- ☆安全でおいしい食事を

楽しい食事をするための3つのお願い

- ◆早寝早起きの習慣をつけましょう
- ◆朝ごはんをきちんと食べましょう
- ◆家庭の食事と内容が重ならないように献立表を参考にしてください



月	火	水	木	金	土
1 カレーの塩焼き ひじき大豆 みそ汁(たまねぎ)	2 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のごまみそあえ すまし汁(豆腐)	3 すき焼き風煮 きゅうりの甘酢あえ 蒸しシューマイ	4 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ すまし汁(ふ)	5 肉うどん バナナ	6 磯うどん バナナ
未満児(米) ○油 ○さとう □こんにやく かれい ○ひじき(乾) ○大豆(水煮) □油揚げ ○みそ	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま △豚もも肉 絹ごし豆腐 ○みそ ○かつわかめ(干)	未満児(米) ふ(乾) □糸こんにやく ○油 ○さとう △いりごま △牛もも肉 △焼き豆腐	未満児(米) ○さとう ふ(乾) △鶏もも肉 ちりめんじゃこ ○削りかつお	うどん(ゆで) ○油 ○さとう △牛もも肉	うどん(ゆで) ○油 △豚もも肉 ○かつわかめ(干)
にんじん △しめじ グリンピース(冷) たまねぎ ○ねぎ	×しょうが ほうれん草 にんじん たまねぎ △えのき茸 ○ねぎ	はくさい たまねぎ にんじん ○白ねぎ △えのき茸 きゅうり もやし ×シューマイ(冷)	たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー にんじん △えのき茸 ○ねぎ	たまねぎ にんじん ○ねぎ △しめじ バナナ	たまねぎ にんじん ○ねぎ バナナ
8 かやくうどん バナナ	9 チャンポン焼き いちご	10 きつねうどん オレンジ	11 さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(ばち)	12 とり天 かりかりきゅうり かぼちゃのみそ汁	13 パン・ジュース・バナナ
うどん(ゆで) 油	中華めん(ゆで・焼きそば用) うどん(ゆで) ○油	うどん(ゆで) ○さとう ○油	未満児(米) ○さとう じゃがいも ○油 ばち(乾)	未満児(米) 小麦粉 なたくり粉 ○油 △マヨネーズドレッシング	
△鶏もも肉 ×ちくわ	△豚もも肉 ○青のり ○削りかつお	□油揚げ ○かつわかめ(干) △鶏もも肉	さけ △豚ひき肉 □油揚げ ○みそ	○ささみ ×ちくわ ○みそ	
たまねぎ にんじん △生しいたけ ○白ねぎ バナナ	にんじん たまねぎ キャベツ いちご	にんじん △えのき茸 ○ねぎ たまねぎ オレンジ	にんじん たまねぎ グリンピース(冷) ○ねぎ	きゅうり かぼちゃ ○ねぎ たまねぎ ○ピーマン △えのき茸	
15 あじの洋風西京焼き きゅうりこんぶ みそ汁(もずく)	16 ポークビーンズ 三色野菜のおかか和え 芋天	17 カレーチュー ツナサラダ コロッケ オレンジゼリー	18 さわらの磯辺揚げ 春雨サラダ かき玉汁	19 豚肉のねぎダレ焼き キャベツののりあえ ばち汁	20 イタリアンスパゲティ バナナ
未満児(米) △マヨネーズドレッシング ○さとう △いりごま	未満児(米) ○油 ○さとう さつまいも ○ごま油 なたくり粉 小麦粉	未満児(米) じゃがいも ○さとう △マヨネーズドレッシング ○油	未満児(米) 小麦粉 なたくり粉 ○油 はるさめ(乾) ○さとう	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま ばち(乾)	スパゲティ(乾) ○油
△あじ ○みそ ○もずく(生) △塩昆布 絹ごし豆腐	△豚もも肉 ○大豆(水煮) ○削りかつお	△牛もも肉 △ツナ缶(油漬) 粉寒天	△さわら 絹ごし豆腐 ○青のり ○たまご	△豚もも肉 ちりめんじゃこ □油揚げ ○刻みのり	△豚ひき肉
きゅうり にんじん たまねぎ ○白ねぎ	たまねぎ にんじん ○トマトビュレ パセリ(乾) キャベツ きゅうり	たまねぎ にんじん グリンピース(冷) ×ポテトコロッケ(冷) オレンジジュース きゅうり だいこん	きゅうり にんじん ○ねぎ たまねぎ △しめじ	△しめじ たまねぎ ○白ねぎ ×しょうが キャベツ にんじん ○ねぎ △干しいたけ	たまねぎ キャベツ にんじん △しめじ ○ピーマン バナナ
22 ししゃものマリネ ブロッコリーの昆布茶和え 豆乳チャウダー	23 誕生日会 炊き込みごはん(たけのこ) 豚肉と玉ねぎのみそ汁 ケーキ	24 かき揚げ ほうれん草とハムの和え物 みそ汁(大根) パウンドケーキ	25 鶏つくね焼き かぼちゃ煮 すまし汁(うどん)	26 チキンチャップ ミモザサラダ 春野菜のスープ	27 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) 小麦粉 なたくり粉 ○油 ○さとう ○ごま油 じゃがいも	米 ○油 ○さとう □こんにやく さつまいも	未満児(米) 小麦粉 なたくり粉 ○油 △いりごま ネットケ-キックス ○さとう	未満児(米) なたくり粉 ○油 干しうどん(乾)	未満児(米) ○油 ○さとう じゃがいも △マヨネーズドレッシング	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>手作りおやつ</p> <p>17日オレンジゼリー</p> <p>24日パウンドケーキ</p> </div>
□ししゃも △昆布茶 △鶏もも肉 ○豆乳(調整豆乳)	△鶏もも肉 △豚もも肉 ○みそ ×ちくわ	ちりめんじゃこ ○もずく(生) □ロースハム ○みそ □油揚げ ○かつわかめ(干)	△鶏ひき肉 木綿豆腐 ○赤みそ ○ひじき(乾) ×ちくわ ○豆乳(調整豆乳)	△鶏もも肉 ○たまご △豚もも肉	
にんじん きゅうり たまねぎ ブロッコリー だいこん △しめじ	にんじん ×たけのこ(水煮) たまねぎ ○ねぎ △ごぼう	にんじん たまねぎ かぼちゃ ほうれん草 だいこん ○ねぎ	にんじん ○白ねぎ たまねぎ ×しょうが かぼちゃ	たまねぎ パセリ(生) にんじん きゅうり キャベツ	
29 昭和の日	30 マカロニのクリーム煮 コーンキャベツ オムレツ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>園での食事</b></p> <p>※離乳食は個々の発育・発達に応じたものになります。</p> <p>1・2歳児 朝のおやつと昼食と午後のおやつで一日量の50%</p> <p>3～5歳児 昼食と午後のおやつで一日量の45%</p> <p>(主食は家庭より持参)</p> <p>※ 手作りおやつも提供しています。</p> <p>※ 一日量のパーセント(%)は、子どもの1日の食事における園での食事の割合を表しています。</p> </div>			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>旬の食材</p> <p>新じゃがいも</p> <p>たけのこ</p> <p>春キャベツ いちご</p> <p>新たまねぎ</p> <p>アスパラガス</p> <p>グリンピース</p> <p>さやえんどう</p> </div>
	未満児(米) マカロニ(乾) ○油				
	△鶏もも肉 □ベーコン				
	たまねぎ にんじん △しめじ キャベツ グリンピース(冷) スイートコーン(粒・冷) ×オムレツ(冷)				

※献立名の下3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。

※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・○・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない

※ 手作りおやつは予定ですの変更になる場合もあります。また仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。