

令和8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

食の面から子どもたちの成長をサポートできるよう、食育活動などの情報を発信していきます。園では、毎日の食事を通して子どもたちの食べる意欲を大切に、食べることを楽しんでほしいと考えています。食の体験を広げ、望ましい食習慣を身につけられるようご家庭と一緒にがんばっていきたくと思っています。



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



月	火	水	木	金	土
旬の食材 アスパラガス、スナップエンドウ、 さやえんどう、たけのこ、春きゃべつ、 新たまねぎ、新じゃがいも、 グリーンピース、いちご		1 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)	2 さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(もずく)	3 すき焼き風煮 きゅうりともやしの甘酢あえ 蒸しシューマイ	4 イタリアンスパゲティー バナナ
		未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま	未満児(米) ○さとう じゃがいも ○油	未満児(米) ふ(乾) □糸こんにやく ○油 ○さとう △いりごま	スパゲティー(乾) ○油
		△豚もも肉 ○みそ 絹ごし豆腐	さけ △豚ひき肉 木綿豆腐 ○もずく(生) ○みそ	△牛もも肉 △焼き豆腐	△豚ひき肉
	たまねぎ ×しょうが ほうれん草 にんじん △えのき茸 ○ねぎ	にんじん たまねぎ グリンピース(冷) ○ねぎ	ほくさい 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 キャベツ にんじん △しめじ ○ピーマン バナナ	
6 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ みそ汁(大根)	7 磯うどん バナナ	8 肉うどん バナナ	9 きつねうどん バナナ	10 焼きそば いちご	11 ハンバーガー ジュース・バナナ
未満児(米) ○さとう	うどん(ゆで) ○油	うどん(ゆで) ○油 ○さとう	うどん(ゆで) ○さとう ○油	中華めん(ゆで・焼きそば用) ○油	月に一度、金曜日 におやつパンが あります。 今月は 17日 ジャムパン です
△鶏もも肉 ちりめんじゃこ ○削りかつお □油揚げ ○みそ	△豚もも肉 ○かつわかめ(干)	△牛もも肉	□油揚げ △鶏もも肉 ○かつわかめ (干)	△豚もも肉 ○削りかつお ○青のり	
たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー だいこん にんじん △えのき茸 ○白ねぎ	たまねぎ にんじん ○ねぎ バナナ	×しょうが たまねぎ にんじん △しめじ ○ねぎ バナナ	たまねぎ にんじん △えのき茸 ○ねぎ バナナ	にんじん たまねぎ キャベツ いちご	
13 マカロニのクリーム煮 コーンキャベツ オムレツ	14 チキンチャップ ミモザサラダ 春野菜のスープ	15 ししゃものマリネ キャベツののり和え 豆乳チャウダー 🍰パウンドケーキ	16 きすの磯辺揚げ 春雨サラダ かき玉汁	17 ハンバーグ かぼちゃ煮 みそ汁(麩)	18 かやくうどん バナナ
未満児(米) マカロニ(乾) ○油	未満児(米) ○油 ○さとう じゃがいも マカロニ(乾) △マヨネーズドレッシング	未満児(米) 小麦粉 かつくり粉 ○油 ○さとう △いりごま じゃがいも ホットケーキミックス	未満児(米) 小麦粉 かつくり粉 ○油 はるさめ(乾) ○さとう	未満児(米) パン粉(乾) ○油 ○さとう ふ(乾)	うどん(ゆで) 油
△鶏もも肉 □ベーコン	△鶏もも肉 ○たまご △豚もも肉	□ししゃも ちりめんじゃこ ○刻みのり △鶏もも肉 ○豆乳(調整豆乳)	きす ○青のり ○たまご 絹ごし豆腐	△豚ひき肉 ○たまご ○牛乳 ○かつわかめ(干) ○みそ	△鶏もも肉 ×ちくわ
たまねぎ にんじん △しめじ キャベツ グリーンピース(冷) スイートコーン(粒・冷) ×オムレツ(冷)	たまねぎ パセリ(生) にんじん きゅうり キャベツ	にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ だいこん △しめじ	きゅうり にんじん たまねぎ △しめじ ○ねぎ	たまねぎ にんじん かぼちゃ ○ねぎ	たまねぎ にんじん △生しいたけ ○白ねぎ バナナ
20 ポークビーンズ 三色野菜のおかか和え ちくわのいかだ焼き	21 誕生日会 炊き込みごはん(たけのこ) みそ汁(豚肉、玉ねぎ) ケーキ	22 さばの竜田揚げ ほうれん草とハムの和え物 みそ汁(油揚げ) 🍞野菜蒸しパン	23 かき揚げ かりかりきゅうり すまし汁(麩)	24 チーズダッカルビ風 豆腐のスープ バナナ	25 ホットドッグ ジュース・バナナ
未満児(米) ○油 ○さとう ○ごま油 △マヨネーズドレッシング	米 □こんにやく ○油 ○さとう さつまいも	未満児(米) かつくり粉 ○油 △いりごま ホットケーキミックス	未満児(米) 小麦粉 かつくり粉 ○油 △マヨネーズドレッシング ふ(乾)	未満児(米) ○さとう さつまいも	🍷🍷🍷
△豚もも肉 ○大豆(水煮) ○削りかつお ×ちくわ ○青のり	△鶏もも肉 △豚もも肉 ×ちくわ ○みそ	△さば □ロースハム □油揚げ 木綿豆腐 ○みそ	ちりめんじゃこ ○もずく(生)	△鶏もも肉 △とろけるチーズ 絹ごし豆腐	
たまねぎ にんじん パセリ(乾) ○トマトジュース キャベツ きゅうり	にんじん △ごぼう ×たけのこ(水煮) たまねぎ ○ねぎ	×しょうが ほうれん草 にんじん ○ねぎ 野菜ジュース	にんじん たまねぎ かぼちゃ きゅうり △えのき茸 ○ねぎ	×しょうが ×にんにく たまねぎ にんじん キャベツ △しめじ パセリ(生) バナナ	
27 カレーの塩焼き シルバーサラダ みそ汁(じゃがいも)	28 豚肉の柔らかく西京焼き風 ブロッコリーの昆布茶和え ばち汁	29 昭和の日	30 カレーシチュー ツナサラダ コロケ 🍷オレンジゼリー	楽しく食事をするための 3つのお願い	
未満児(米) ○春雨 △マヨネーズドレッシング じゃがいも	未満児(米) ○油 ○さとう ○ごま油 ばち(乾)	🇯🇵🇯🇵	未満児(米) じゃがいも △マヨネーズドレッシング ○油 ○さとう	◆まずは早起き！それから早寝 ◆朝ごはんを食べて、元気に遊ぶ ◆昼食と夕食の内容が重ならないように 献立表を見る	
かえい □ロースハム 木綿豆腐 ○みそ	△豚ロース薄切り肉 ○ヨーグルト(無糖) ○みそ △昆布茶 □油揚げ		△牛もも肉 △ツナ缶(油漬) 粉寒天		
きゅうり にんじん スイートコーン(粒・冷) たまねぎ ○ねぎ	ブロッコリー にんじん たまねぎ △干しいたけ ○ねぎ		たまねぎ にんじん グリンピース(冷) だいこん きゅうり ×ポテトコロケ(冷) オレンジジュース		

※献立名の下の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
 ※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。
 ※🍷は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定ですので変更になる場合もあります。

令和8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 **アレルギー食** 予定献立表

お知らせ

☆アレルギー食については除去食、または代替食にて対応しております。

☆献立名に色がついているメニューがアレルギーメニューです。

欄下部（薄黄色部）に除去、又は変更メニューを記載しておりますのでご確認ください。

月	火	水	木	金	土
		1 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)	2 さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(もずく)	3 すき焼き風煮 きゅうりともやしの甘酢あえ 蒸しシューマイ	4 イタリアンスパゲティー バナナ
					
6 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ みそ汁(大根)	7 磯うどん バナナ	8 肉うどん バナナ	9 きつねうどん バナナ	10 焼きそば いちご	11 ハンバーガー ジュース・バナナ
		牛肉アレルギー 牛肉→豚肉			月に一度、金曜日におやつパンがあります。 今月は 17日 ジャムパンです
13 マカロニのクリーム煮 コーンキャベツ オムレツ	14 チキンチャップ ミモザサラダ 春野菜のスープ	15 ししゃものマリネ キャベツののり和え 豆乳チャウダー パウンドケーキ	16 きすの磯辺揚げ 春雨サラダ かき玉汁	17 ハンバーグ かぼちゃ煮 みそ汁(麩)	18 かやくうどん バナナ
乳アレルギー クリーム煮→シチューの素無 卵アレルギー コーンキャベツ→ベーコン無 卵アレルギー オムレツ→サンドフライ	卵アレルギー ミモザサラダ→卵 無し		卵アレルギー かき玉汁→卵 無し	卵アレルギー ハンバーグ→つくね焼き	
20 ポークビーンズ 三色野菜のおかか和え ちくわのいかだ焼き	21 炊き込みごはん(たけのこ) みそ汁(豚肉、玉ねぎ) ケーキ	22 さばの竜田揚げ ほうれん草とハムの和え物 みそ汁(油揚げ) 野菜蒸しパン	23 かき揚げ かりかりきゅうり すまし汁(麩)	24 誕生日会 チーズダッカルビ風 豆腐のスープ バナナ	25 ホットドッグ ジュース・バナナ
		卵アレルギー 和え物→ハム 無し		乳アレルギー ダッカルビ風→鶏肉の甘辛煮	
27 カレーの塩焼き シルバーサラダ みそ汁(じゃがいも)	28 豚肉の柔らか西京焼き風 ブロッコリーの昆布茶和え ばち汁	29 昭和の日	30 カレーシチュー ツナサラダ コロケ オレンジゼリー	   	  
卵アレルギー サラダ→ハム 無し	乳アレルギー 西京焼き→ヨーグルト 無し		卵アレルギー コロケ→サンドフライ		

※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

※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。

※🍷は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定ですので変更になる場合もあります。