

日付	曜	午 前 食			
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食	
1	15	月	①5分がゆ ②もやしの清まし汁 ③白身魚煮 ④チンゲン菜と人参煮	①全がゆ ②もやしの清まし汁 ③白身魚煮 ④チンゲン菜と人参煮	①軟飯 ②もやしの清まし汁 ③白身魚の味噌焼き ④チンゲン菜と人参ソテー
2	16/30	火	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみ煮 ④小松菜ともやし煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみのあんかけ煮 ④小松菜ともやし煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③ささみのチーズ焼き ④小松菜ナムル
3	/	水	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮 ③トマト煮	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮 ③トマト煮
4	18	木	①5分がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④さつまい煮	①全がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④さつまい煮	①軟飯 ②人参の清まし汁 ③白身魚の照り焼き ④さつまいごま煮
5	19	金	①5分がゆ ②さつまいのみそ汁 ③ささみ煮 ④キャベツと人参煮	①全がゆ ②さつまいのみそ汁 ③鶏肉煮 ④キャベツと人参煮	①軟飯 ②さつまいのみそ汁 ③鶏肉の照り焼き ④キャベツと人参煮
6	20	土	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草煮	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草煮	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草ソテー
8	22	月	①5分がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①全がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①軟飯 ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚のフライ ④人参ともやし炒め
9	23	火	①5分がゆ ②大根のスープ ③玉葱とそぼろ煮 ④いんげんと人参煮	①全がゆ ②大根のスープ ③玉葱のそぼろ煮 ④いんげんと人参煮	①軟飯 ②大根のスープ ③玉葱のそぼろあん ④いんげんと人参ソテー
10	24	水	①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参煮	①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参煮	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参ソテー
11	25	木	①5分がゆ ②白菜スープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②白菜のスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリー煮	①軟飯 ②白菜のスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリーソテー
12	26	金	①5分がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ煮 ④胡瓜と白菜煮	①全がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ煮 ④胡瓜と白菜煮	①軟飯 ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ炒め ④胡瓜と白菜煮
13	27	土	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ
17	☆	水	①人参がゆ ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋と人参煮	①人参がゆ ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋と人参煮	①もみじ軟飯 ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎソテー ④ポテトサラダ

☆材料の都合により献立を変更することがあります

日付	曜	午 後 食			
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食	
1	15	月	①5分がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③かぶのそぼろあんかけ ④人参煮	①全がゆ ②チンゲンのみそ汁 ③かぶのそぼろあんかけ ④きなこ人参	①軟飯 ②チンゲン菜のみそ汁 ③かぶのそぼろあんかけ ④きなこ人参
2	16/30	火	①5分がゆ ②キャベツのみそ汁 ③白身魚煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②キャベツのみそ汁 ③白身魚煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③白身魚のムニエル ④南瓜煮
3	/	水	①5分がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④もやしと人参煮	①全がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④もやしと人参煮	①軟飯 ②じゃが芋のみそ汁 ③鮭のごま焼き ④もやしと人参煮
4	18	木	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐挽肉あん ③野菜煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐挽肉あん ②野菜煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐挽肉あん ③野菜煮
5	19	金	①パンがゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①トースト ②キャベツスープ ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①チーストースト ②キャベツスープ ③鶏そぼろと玉ねぎソテー ④じゃが芋煮
6	20	土	①5分がゆ ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮 ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮 ④ブロッコリー人参煮	①軟飯 ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮④ブロッコリー人参煮
8	22	月	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③鶏ささみと人参煮 ④チンゲン菜煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③鶏ささみと人参煮 ④チンゲン菜煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③鶏の唐揚げ風 ④チンゲン菜ソテー
9	23	火	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜と玉ねぎ煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜と玉ねぎ煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜と玉ねぎ炒め
10	24	水	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげん煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげん煮 ③豆腐煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげんごま煮 ③豆腐煮
11	25	木	①5分がゆ ②白菜のスープ ③大根のひき肉煮 ④あけぼのポテト	①全がゆ ②白菜のスープ ③大根のひき肉煮 ④あけぼのポテト	①軟飯 ②白菜のスープ ③大根のひき肉煮 ④あけぼのポテト
12	26	金	①5分がゆ ②キャベツスープ ③人参としらす煮 ④じゃが芋煮	①全がゆ ②キャベツスープ ③人参としらす煮 ④じゃが芋煮	①軟飯 ②キャベツスープ ③人参としらす煮 ④じゃが芋とたまねぎ炒め
13	27	土	①5分がゆ ②さつまいのみそ汁 ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④胡瓜煮	①全がゆ ②さつまいのみそ汁 ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④胡瓜煮	①軟飯 ②さつまいのみそ汁 ③鶏そぼろと玉ねぎ炒め ④胡瓜煮
17	☆	水	①5分がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐煮 ④キャベツ人参煮	①全がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐煮 ④キャベツ人参煮	①軟飯 ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐の青葱ソテー ④キャベツと人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



令和6年4月 完了食献立表



日付	曜	主な材料						
		午前おやつ	午前食	午後食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
1	15	月	①クラッカー	①ご飯②清汁(花麩・みつば) ③白身魚の味噌焼き ④五色炒め ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①黒糖蒸しパン ②チンゲン菜のみそ汁 ⑤フルーツ	米 油 黒糖蒸しパンミックス ごま クラッカー	カレー 味噌・ハム 麩 牛乳	みつば・チンゲン菜 人参・椎茸・もやし
2	16/30	火	①ビスケット	①ご飯②五目みそ汁 ③鶏肉のチーズ焼き ④小松菜とコーンのナムル ⑤フルーツ	⑥りんごジュース ①フルーツヨーグルト ②キャベツのみそ汁 ⑤フルーツ	米・油 ごま油・ごま ビスケット	鶏肉・チーズ 味噌・油揚げ 竹輪・味噌 ヨーグルト	南瓜・人参・長ねぎ あさつき・トマト もやし・パセリ・小松菜 コーン・りんご・もも・みかん
3	/	水	①マンナ	①けんちんうどん ④-1 ジャーマンポテト ④-2 トマト ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①しそじゃこおにぎり ②じゃが芋のみそ汁 ⑤フルーツ	うどん 油 じゃが芋 米・ごま マンナ	豚肉 豆腐 ベーコン ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト 大根 しらたき あさつき ゆかり
4	18	木	①ヨーグルト	①たけのこごはん中華スープ(ねぎ・えのき) ③あじの南蛮漬 ④胡麻とさつま芋の甘辛煮 ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①ブレンクッキー ②玉ねぎのスープ ⑤フルーツ	米・片栗粉・油 さつま芋・ごま油 ごま 小麦粉 バター	あじ・油揚げ ヨーグルト 牛乳	長ねぎ 人参・胡瓜 玉ねぎ・えのき
5	19	金	①クラッカー	①ご飯②みそ汁(さつま芋・玉葱) ③豚肉のしょうが焼き ④マカロニサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①チーズトースト ②キャベツスープ ⑤フルーツ	米 マカロニ さつま芋・食パン 油・エッグケア クラッカー	豚肉 牛乳 ベーコン チーズ 味噌	もやし・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり
6	20	土	①オレンジジュース	①肉味噌にゆめん ④大豆とベーコンのソテー ⑤フルーツ	⑥りんごジュース ①ナポリおにぎり ②ほうれん草のみそ汁 ⑤フルーツ	そうめん 米 片栗粉 油	豚ひき肉・味噌 大豆・ベーコン ウィンナー	大根・人参 あさつき・ほうれん草 ピーマン・コーン
8	22	月	①クラッカー	①ご飯②みそ汁(チンゲン菜・なめこ) ③鯖の竜田揚げ ④もやしとわかめの和え物 ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①人参ケーキ ②玉ねぎのスープ ⑤フルーツ	米・油・片栗粉 ごま油・ごま・バター ホットケーキミックス クラッカー	鯖・味噌 卵 牛乳	もやし・人参 コーン・わかめ チンゲン菜・なめこ
9	23	火	①ビスケット	①ご飯②大根のとろみスープ ③鶏肉のごまみそ焼き ④いんげんのカレー炒め ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①あんトースト ②人参のみそ汁 ⑤フルーツ	米 ごま 油 食パン・片栗粉 ビスケット	鶏肉・味噌 ベーコン マーガリン 小豆 牛乳	いんげん 人参 もやし 玉ねぎ 大根 わかめ
10	24	水	①マンナ	①ひじきとツナご飯 ②みそ汁(もやし・わかめ) ④厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①カレースパゲティ ②豆腐のスープ ⑤フルーツ	米・油 じゃが芋 ホットケーキミックス	豚肉・春雨 牛乳 卵 ヨーグルト	玉ねぎ・人参・レーズン 白菜・ブロッコリー もやし・コーン グリーンピース・あさつき
11	25	木	①ヨーグルト	①ハヤシライス ②スープ(白菜・春雨) ④ブロッコリーともやしサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①レーズン蒸しパン ②白菜のスープ ⑤フルーツ	米 片栗粉 油 ごま油・ごま・バター 春雨・さつま芋 エッグケア・クラッカー	豚肉 豆腐 牛乳	白菜・玉ねぎ・人参 椎茸・にら キャベツ・きゅうり りんご・レーズン
12	26	金	①クラッカー	①中華丼 ②中華スープ(豆腐・にら) ④春雨サラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①さつま芋のグラッセ ②キャベツスープ ⑤フルーツ	米 片栗粉 油 ごま油・ごま・バター 春雨・さつま芋 エッグケア・クラッカー	豚肉 豆腐 牛乳	白菜・玉ねぎ・人参 椎茸・にら キャベツ・きゅうり りんご・レーズン
13	27	土	①りんごジュース	①しょうゆラーメン ④厚揚げのケチャップ炒め ⑤フルーツ	⑥オレンジジュース ①かやくおにぎり ②さつま芋のみそ汁 ⑤フルーツ	中華麺 ごま油 油 米	豚ひき肉 厚揚げ 鶏ひき肉	キャベツ・人参 長ねぎ・玉葱 ピーマン・もやし みつば

☆誕生日会☆

17		水	①クラッカー	①カレーピラフ②コーンスープ ③ローストチキン④-1ポテトサラダ ④-2アスパラのソテー ⑤フルーツ	⑥オレンジジュース ②-1誕生日ケーキ ②-2クッキー ②-3ホイップ	米 じゃが芋 エッグケア・ケキ 小麦粉 油 バター・クラッカー	豚ひき肉 鶏肉 ホイップ	人参・ピーマン 玉ねぎ・コーン 胡瓜 パセリ アスパラガス
----	--	---	--------	---	--	--	-----------------	--

☆材料の都合により献立を変更することがあります



ご入園、ご進級おめでとうございます！！

