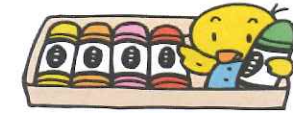




2024年4月度 弁天こども園 幼児食メニュー



★はお楽しみメニュー

*そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

日曜日	曜日	屋食	主な材料と体内での動き				おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	サバの煮付け ブロッコリーのごま和え ごはん 味噌汁	さば 豆腐・味噌	しょうが ブロッコリー・キャベツ・人参 玉ねぎ・わかめ	砂糖 白ごま 米	醤油・料理酒・だし 醤油・本みりん・だし だし	チョイスビスケット おとっと 牛乳	チョイスビスケット おとっと(うす塩味) 牛乳
2	火	ほうとう風うどん ウィンナー入り野菜炒め フルーツ(バナナ)	豚肉・味噌 ポークウィンナー	かぼちゃ・大根・さやえんどう・だし昆布 玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ バナナ	うどん 油・砂糖	だし・醤油・料理酒 醤油・料理酒	サケわかめおにぎり お茶	米・さけほぐし身 わかめご飯の茶 麦茶
3	水	ずき焼き風煮 小松菜ともやしのおかか和え ごはん 味噌汁	牛肉・焼豆腐 かつお節	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・緑豆もやし かぼちゃ・しめじ・わかめ	砂糖 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん・だし だし	きなこ揚げパン 牛乳	食パン・油・きな粉 砂糖・塩 牛乳
4	木	鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉	しょうが きゅうり・人参 玉ねぎ・わかめ	小麦粉・片栗粉・油 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズ 米 お豆腐	醤油・料理酒 だし	クラッカーの餡サンド 牛乳	クラッカー こしあん 牛乳
5	金	カレーライス カラフルサラダ フルーツ(オレンジ)	牛肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・トマト・むぎ枝豆・コーン・レモン果汁 オレンジ	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーウ 酢・塩・醤油	ムーンライトクッキー ハッピーターン 牛乳	ムーンライトクッキー ハッピーターン 牛乳
6	土	中華丼 小松菜ともやしの中華和え 味噌汁	豚肉 生揚げ・味噌	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・緑豆もやし しめじ	米・油・片栗粉 調合ごま油	中華だし・醤油・塩 醤油・本みりん・中華だし だし	満月ぼん たべっ子バイビービスケット 牛乳	満月ボン たべっ子バイビービスケット 牛乳
8	月	三色丼 ひじき豆 味噌汁 フルーツ(りんご)	牛ひき肉・卵・かつお節 大豆 油揚げ・味噌	ほうれん草・だし昆布 ひじき・人参 白菜・まいだけ りんご	米・砂糖・油 つきこんにゃく・砂糖	醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし だし	フルーツボンチ 牛乳	蜜天・砂糖 パイナップル・みかん缶 牛乳
9	火	サワラの味噌焼 チンゲン菜とキャベツの塩昆布和え ごはん すまし汁	さわら・味噌	チンゲン菜・キャベツ・人参・塩昆布 えのきだけ	砂糖・油 米	本みりん・料理酒 だし・醤油・塩	バームクーヘン 牛乳	バームクーヘン 牛乳
10	水	豚肉のチャプチェ 高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	豚肉 凍り豆腐	玉ねぎ・緑豆もやし・ピーマン・赤パプリカ 人参・さやえんどう わかめ・かぼちゃ	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 砂糖 米 お豆腐	醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	やわらかおかき クラッカー 牛乳	やわらかおかき(きな粉味) クラッカー 牛乳
11	木	ハヤシライス しらすと大根のサラダ フルーツ(オレンジ)	牛肉 しらす	玉ねぎ・人参・しめじ 大根・きゅうり・黄パプリカ オレンジ	米・油 油・砂糖	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 醤油・酢	お好み焼き お茶	お好み焼き・豚肉・油・卵・キャベツ 人参・お好み焼きソース・あおさのり・かつお節 麦茶
12	金	鶏肉の塩こうじ揚げ もやしと小松菜のお浸し ごはん 花麩の味噌汁	鶏肉 味噌	しょうが 緑豆もやし・小松菜・人参 玉ねぎ・えのきだけ	小麦粉・片栗粉・油 米 花麩	塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし	ハムチーズサンド 牛乳	食パン・マヨネーズ ハム・チーズ 牛乳
13	土	けんちんうどん 平天ときゅうりの梅風味和え じゃが芋の旨煮	生揚げ さつま揚げ	大根・ごぼう・人参・さやえんどう・だし昆布 きゅうり・キャベツ・練り梅	うどん じゃが芋・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし	星たべよ アンパンマン幼児用ビスケット 牛乳	星型せんべい 幼児用ビスケット 牛乳
15	月	八宝菜 さつま芋のバター焼 ごはん 中華スープ フルーツ(オレンジ)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・たけのこ・干しいたけ・チンゲン菜 わかめ・コーン オレンジ	油・片栗粉 さつま芋・バター 米 ビーフン	中華だし・醤油・塩 中華だし・醤油・塩	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳

日曜日	曜日	屋食	主な材料と体内での動き				おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
16	火	アジの竜田揚げ チキンとキャベツのサラダ ごはん すまし汁	あじ チキンフレーク	しょうが キャベツ・人参・きゅうり 大根・ほうれん草・えのきだけ	砂糖・片栗粉・油 油・砂糖 米	醤油・料理酒 醤油・酢 だし・醤油・塩	今川焼 牛乳	今川焼 牛乳
17	水	麻婆豆腐 白菜のあおさとおえ ごはん 中華スープ	豆腐・牛蒡ひき肉・大豆ミンチ・味噌 ちくわ	しょうが・玉ねぎ・干しいたけ 白菜・人参・あおさのり コーン・チンゲン菜・なす	油・砂糖・片栗粉 白ごま 米	醤油・料理酒・中華だし 醤油・本みりん・だし 中華だし・醤油・塩	ぶどうかん 牛乳	雪天・ぶどうジュース 砂糖 牛乳
18	木	醤油ラーメン 大学芋 フルーツ(バナナ)	豚肉 	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・キャベツ バナナ	焼きそば用麺・油・鶏ごま油 さつま芋・油・砂糖・黒ごま	醤油・中華だし・塩	メロンパン 牛乳	メロンパン 牛乳
19	金	チキンチャップ ツナとチーズのサラダ ごはん スープ	鶏肉 ツナフレーク・チーズ	ブロッコリー・人参 わかめ・玉ねぎ	小麦粉・油・砂糖 マヨドレ 米 じゃが芋	塩・トマトケチャップ・ウスターソース・チキンコンソメ 塩 チキンコンソメ	ムーンライトクッキー せんべい(ぼりんこ) 牛乳	ムーンライトクッキー ぼりんこ 牛乳
20	土	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ	焼豚 さつま揚げ 豆腐	玉ねぎ・ピーマン 人参・きゅうり 白菜	米・油 緑豆春雨・油・砂糖 	中華だし・塩・醤油 酢・醤油 中華だし・醤油・塩	アンパンマンのソフトせん たべっ子バイビービスケット 牛乳	ソフトせんべい たべっ子バイビービスケット 牛乳
22	月	鶏肉のバーベキューソース ひじきサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 味噌	ひじき・人参・むき枝豆・コーン わかめ・しめじ	小麦粉・油・砂糖・片栗粉 砂糖・マヨネーズ 米 おつまみ	塩・料理酒・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・チキンコンソメ だし・醤油・本みりん だし	牛乳ケーキ 牛乳	牛乳ケーキ 牛乳
23	火	◆郷土料理◆ 衣笠丼 胡瓜とわかめの酢の物 豚汁 フルーツ(オレンジ)	油揚げ・卵 豚肉・味噌	さやえんどう きゅうり・わかめ 大根・人参・しめじ オレンジ 	米・砂糖 砂糖	醤油・本みりん・だし 酢・醤油 だし	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま 牛乳
24	水	赤魚の甘辛焼 小松菜と白菜のお浸し ごはん 味噌汁	赤魚 味噌	小松菜・白菜・えのきだけ かぼちゃ・もやし	砂糖・油 米	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ぼたぼた焼 ビスコ 牛乳	ぼたぼた焼き ビスコ 牛乳
25	木	焼きそば さつま芋のあおさ焼 味噌汁 フルーツ(バナナ)	豚肉 生揚げ・味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参 あおさのり 大根・わかめ バナナ	焼きそば用麺・油・片栗粉 さつま芋・油	料理酒・お好み焼きソース・とんかつソース・醤油・和風だし 塩 だし	あんこパイ 牛乳	パイシート 粒あん 牛乳
26	金	◆お誕生日メニュー◆ たまごサンド コロッケ ツナサラダ スープ ヤクルト	卵 ツナフレーク 	きゅうり キャベツ・人参・レモン果汁 玉ねぎ・コーン	ロールパン・マヨネーズ 牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 乳酸菌飲料 ※①(ヤクルトなし)	塩 酢・塩・醤油 チキンコンソメ	ブルーベリーケーキ 牛乳 	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・ブルーベリージャム 卵・バター・オリーブ油 牛乳
27	土	豚丼 揚げと白菜の煮浸し 味噌汁	豚肉 油揚げ 味噌	人参・玉ねぎ・ピーマン 白菜・人参 緑豆もやし・えのきだけ・わかめ	米・油・砂糖・片栗粉 砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	ミニアスパラビスケット せんべい(ぼりんこ) 牛乳	アスパラガスビスケット ぼりんこ 牛乳
30	火	鶏肉のあおさ焼 切干大根と大豆の煮物 ごはん かき玉にゅうめん フルーツ(りんご)	鶏肉 大豆 卵	あおさのり 切干大根・人参 わかめ りんご	砂糖・油 つきこんにゃく・油・砂糖 米 そうめん	醤油・本みりん 醤油・料理酒・だし だし・醤油・塩	豆腐ドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐 砂糖・油・粉糖 牛乳

3歳以上 栄養価	エネルギー 527kcal	たんぱく質 19.4g	脂質 18.3g	カルシウム 214mg
-------------	------------------	----------------	-------------	----------------



*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい
*未摂取の食材がある場合は、給食提供日までにお家で複数回食べ進めていただき
給食で初めて食べることがないようにお願いします。



※①()内は、0、1歳児です。