




		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
			献立名/食品名 g	献立名/食品名 g	献立名/食品名 g
<div data-bbox="78 399 353 491" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 万が一、食材が入手困難な場合、献立の一部を変更することがありますのでご了承下さい。 </div>	<div data-bbox="831 379 1039 432" style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; text-align: center;"> 新年度のつどい </div> <div data-bbox="846 563 1028 799" style="text-align: center;">  </div>		<ul style="list-style-type: none"> ●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【筑前煮】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 25.00 厚揚げ 20.00 にんじん 8.00 ごぼう 8.00 れんこん 8.00 こんにゃく 8.00 えんどう豆(さや付) 5.00 こいくちしょうゆ 1.00 うすくちしょうゆ 0.50 三温糖 1.00 本みりん 0.80 酒 0.80 油 1.00 水 0.00 ●副【菜種和え】 ほうれんそう 30.00 キャベツ 25.00 ★たまご 6.00 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 ●副【豆苗の味噌汁】 トウモロコシ 6.00 玉葱 10.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00 	<ul style="list-style-type: none"> ●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【酢豚】 豚モモ(脂肪なし) 20.00 玉葱 40.00 にんじん 8.00 しめじ 8.00 三度豆 5.00 三温糖 0.40 うすくちしょうゆ 1.00 スープの素 0.50 酒 0.40 酢 1.50 油 1.50 かたくり粉 1.00 ●副【春雨の和え物】 春雨 6.00 もやし 20.00 ごまつな 15.00 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.90 ごま 2.00 ごま油 0.50 ●副【コーンスープ】 とうもろこし缶詰(緑-M) 5.00 とうもろこし缶詰(クリーム) 8.00 えのきたけ 8.00 ねぎ 2.30 鶏がら 0.00 うすくちしょうゆ 1.50 スープの素 0.50 かたくり粉 1.50 水 140.00 	<ul style="list-style-type: none"> ●主【麻婆丼】 五分つき米 60.00 豚ひき肉 20.00 木綿豆腐 40.00 玉葱 15.00 にんじん 8.00 にら 5.00 トマト缶詰(ホール) 5.00 赤味噌 0.80 スープの素 0.08 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.50 かたくり粉 1.50 水 70.00 ●副【わかめのスープ】 わかめ 2.00 ねぎ 2.30 うすくちしょうゆ 1.50 スープの素 0.50 水 140.00
				<ul style="list-style-type: none"> ●PM【フルーツヨーグルト】 ★ヨーグルト(全脂無糖) 80.00 三温糖 1.50 りんご 15.00 ●PM【お菓子】 	<ul style="list-style-type: none"> ●PM【ホットクロスパンズ】 ★強力粉 30.00 イースト 0.20 油 2.50 三温糖 4.00 食塩 0.20 レーズン 2.00 ナツメグ 0.02 シナモン 0.02 水 15.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00 <div data-bbox="1556 1013 1803 1173" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin: 10px;"> ドライフルーツやスパイスが入ったふんわりやさしい甘さのパンです。 </div> <div data-bbox="1556 1173 1803 1332" style="margin: 10px;"> イースター前の金曜日(グッドフライデー)に食べるのがイギリスの伝統です。 </div> <div data-bbox="1534 1316 1758 1444" style="text-align: center;">  </div>
		エネルギー 379 kcal たんぱく質 16.6 g	エネルギー 526 kcal たんぱく質 17.7 g	エネルギー 528 kcal たんぱく質 17.4 g	
		脂 質 11.2 g 食塩相当量 1.0 g	脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.3 g	脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.2 g	

(★印はアレルギー除去対象食品です)

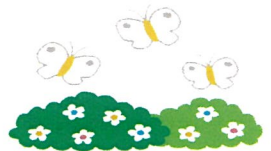
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【桜ごはん】 五分つき米 桜の花塩漬け 水	50.00 4.00 60.00	●主【春野菜カレー】 五分つき米 豚モモ(脂肪なし) じゃがいも 玉葱	60.00 25.00 40.00 20.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【肉うどん】 ★干しうどん 豚モモ(脂肪なし) 玉葱 にんじん ねぎ 三温糖	50.00 20.00 15.00 8.00 3.00 0.80
●副【鯖のオーロラソース焼き】 さわら ★マヨネーズ(卵黄型) トマトケチャップ	50.00 8.00 8.00	●副【炒り豆腐】 木綿豆腐 鶏若鶏肉モモ(皮付き) ★たまご にんじん しめじ こんにゃく ねぎ 三温糖	50.00 20.00 7.00 8.00 8.00 5.00 3.00 0.80	●副【フレンチサラダ】 キャベツ にんじん さくらえび(素干し) うすくちしょうゆ 本みりん 酒 水	50.00 8.00 3.00 1.00 0.50 0.50 0.00	●副【じゃが芋のそぼろ煮】 じゃがいも 豚ひき肉 玉葱 にんじん えんどう豆(さや付) 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 かたくり粉 水	50.00 15.00 15.00 8.00 4.00 0.80 1.20 0.80 0.80 1.50 0.00	●副【鯛の生姜煮】 鯛 しょうが 三温糖 うすくちしょうゆ 酒 本みりん 水	50.00 1.00 1.00 2.00 0.80 0.80 0.00	●副【さつま芋のサラダ】 さつまいも じゃがいも 三温糖 酢 油 食塩	25.00 20.00 0.10 1.50 2.00 0.80 0.10
●副【ひじきの炒め煮】 干ひじき にんじん 三度豆 油揚げ こんにゃく 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 油 水	4.00 8.00 5.00 5.00 5.00 0.80 1.00 0.80 0.80 1.50 0.00	●副【桜えびとキャベツのおひたし】 キャベツ にんじん さくらえび(素干し) うすくちしょうゆ 本みりん 酒 水	50.00 8.00 3.00 1.00 0.50 0.50 0.00	●副【若竹汁】 たけのこ わかめ うすくちしょうゆ 食塩 本みりん 削り節 こんぶ 水	15.00 1.00 1.50 1.00 0.70 1.00 0.00 140.00	●副【ハリハリ和え】 切干し大根 ごまつな とうもろこし缶詰(ホ-ル) 三温糖 うすくちしょうゆ	3.00 15.00 5.00 0.20 1.00	●副【春野菜炒め】 チンゲン菜 にんじん たけのこ アスパラガス しめじ スープの素 食塩 油	45.00 5.00 4.00 3.00 2.00 0.50 0.10 1.50		
●副【玉葱のスープ】 玉葱 レタス 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	20.00 8.00 0.00 1.50 0.50 140.00			●副【お菓子】 ★牛乳	12.00	●副【ハリハリ和え】 切干し大根 ごまつな とうもろこし缶詰(ホ-ル) 三温糖 うすくちしょうゆ	3.00 15.00 5.00 0.20 1.00	●副【じゃが芋の味噌汁】 じゃがいも 油揚げ 味噌 削り節 こんぶ 水	20.00 5.00 3.80 1.00 0.00 140.00		
●PM【具だくさんチヂミ】 豚ひき肉 にら にんじん 玉葱 切干し大根 ★薄力粉 味噌 うすくちしょうゆ ごま油 水	8.00 5.00 5.00 5.00 0.20 20.00 2.00 1.00 0.50 15.00	●PM【ココアクリームサンド】 ★食パン(市販品) ビュアココア 三温糖 コーンスターチ ★牛乳	40.00 1.00 3.00 1.00 12.00	●PM【お菓子】 ★牛乳	120.00	●PM【苺ジャム蒸しパン】 ★薄力粉 ★たまご 三温糖 ベーキングパウダー 油 ★牛乳 いちご レモン(果汁、生)	20.00 10.00 3.00 1.00 4.00 9.00 5.00 1.00	●PM【チーズおかおにぎり】 五分つき米 ★プロセスチーズ 花かつお うすくちしょうゆ 水	35.00 4.00 0.70 1.50 42.00	●PM【お菓子】 ★牛乳	120.00
●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00		



エネルギー 551 kcal たんぱく質 23.6 g エネルギー 525 kcal たんぱく質 23.9 g エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.6 g エネルギー 500 kcal たんぱく質 17.1 g エネルギー 534 kcal たんぱく質 25.2 g エネルギー 237 kcal たんぱく質 12.7 g
脂 質 22.0 g 食塩相当量 1.8 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 11.9 g 食塩相当量 1.0 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 1.2 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.6 g 脂 質 7.1 g 食塩相当量 1.3 g
(★印はアレルギー除去対象食品です)

13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)																																										
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g																																									
●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【小豆ごはん】 五分つき米 もち米 あずき(乾) 食塩 水	60.00 15.00 4.00 0.10 85.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> お弁当の日 (ひまわり遠足) </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: 80%;"> 誤食の危険性があるため ミニトマト・ぶどう・うずら卵・ キャンディー・チーズなど丸い形状の物 →1/4に切る。枝豆→入れないで下さい ピック・つまようじは危険性があるため 使わないで下さい。 </div> <div style="text-align: center; margin: 10px auto;">  </div>	●主【麻婆丼】 五分つき米 豚ひき肉 木綿豆腐 玉葱 にんじん にら トマト缶詰(ホール) 赤味噌 スープの素 三温糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 水	60.00 20.00 40.00 15.00 8.00 5.00 5.00 5.00 0.80 0.08 0.20 0.50 1.50 70.00	●副【鶏肉のカレー焼き】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) カレー粉 こいくちしょうゆ 本みりん 酒	70.00 0.05 1.50 1.50 0.80	●副【鶏つくね】 鶏若鶏肉ひき肉 木綿豆腐 キャベツ 玉葱 にんじん ★パン粉(乾燥) 味噌 うすくちしょうゆ 酒	30.00 8.00 20.00 15.00 8.00 1.50 0.80 0.80	●副【筑前煮】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 厚揚げ にんじん ごぼう れんこん こんにゃく えんどう豆(さや付) こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 三温糖 本みりん 酒 油 水	25.00 20.00 8.00 8.00 8.00 8.00 5.00 1.00 0.50 1.00 0.80 0.80 1.00 0.80	●副【わかめのスープ】 わかめ ねぎ うすくちしょうゆ スープの素 水	2.00 2.30 1.50 0.50 140.00	●副【アスパラのスープ】 アスパラガス スナップえんどう 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	8.00 8.00 0.00 1.50 0.50 140.00	●副【えのきのすまし】 えのきたけ あおさ(蒸干し) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん 削り節 こんぶ 水	8.00 1.00 1.50 0.10 0.70 1.00 0.00 140.00	●副【もやしのごま酢和え】 もやし チンゲン菜 ごま 三温糖 酢 うすくちしょうゆ	30.00 20.00 2.00 0.30 1.50 0.90	●副【菜種和え】 ほうれんそう キャベツ ★たまご 三温糖 うすくちしょうゆ	30.00 25.00 6.00 0.20 0.80	●副【豆苗の味噌汁】 ごぼう にら 味噌 削り節 こんぶ 水	8.00 4.00 3.80 1.00 0.00 140.00	●PM【果物】 いちご	75.00	●PM【ゆかりクッキー】 ★薄力粉 三温糖 ★無塩バター ゆかり	25.00 6.00 9.00 0.10	●PM【マカロニあべかわ】 ★エルボマカロニ きな粉(大豆) 三温糖 食塩	17.00 3.00 2.00 0.01	●PM【ボン・デ・ケージョ】 じゃがいも ★粉チーズ かたくり粉 ★薄力粉 油	55.00 5.00 10.00 5.00 1.00	●PM【フルーツヨーグルト】 ★ヨーグルト(全脂無糖) 三温糖 いちご	80.00 1.50 15.00	●PM【お菓子】		●PM【黒糖ケーキ】 ★薄力粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 三温糖 油 ★牛乳	20.00 1.00 6.00 2.00 5.00 15.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00
エネルギー 483 kcal たんぱく質 24.5 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 1.4 g		エネルギー 617 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 23.3 g 食塩相当量 1.1 g		エネルギー 530 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 12.6 g 食塩相当量 1.1 g		エネルギー 502 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 15.9 g 食塩相当量 1.1 g			エネルギー 56 kcal たんぱく質 3.0 g 脂 質 2.4 g 食塩相当量 0.1 g		エネルギー 528 kcal たんぱく質 17.4 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.2 g																																									

大豆とえんどう豆の
入ったポテサラ
です。





(★印はアレルギー除去対象食品です)

20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【春野菜カレー】 五分つき米 豚モモ(脂肪なし) じゃがいも 玉葱	60.00 25.00 40.00 20.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【肉うどん】 ★干しうどん 豚モモ(脂肪なし) 玉葱 にんじん ねぎ	50.00 20.00 15.00 8.00 3.00
●副【鯖のオーロラスソース焼き】 さわら ★マヨネーズ(卵黄型) トマトケチャップ	50.00 8.00 8.00	●副【炒り豆腐】 木綿豆腐 鶏若鶏肉モモ(皮付き) ★たまご にんじん しめじ こんにゃく ねぎ 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん	50.00 20.00 7.00 8.00 8.00 5.00 3.00 0.80 1.50 0.80 0.80 0.00	●副【揚げ豆腐】 アスパラガス えんどう豆(さや付) ★無塩バター カレー粉 ブイヨン スープの素 鶏がら ★薄力粉 トマト缶詰(ホール) ウスターソース とんかつソース はちみつ うすくちしょうゆ 酒 食塩 油 水	8.00 8.00 1.80 0.20 0.20 0.50 0.00 13.00 2.70 1.20 1.20 0.20 0.80 0.20 2.00 100.00	●副【じゃが芋のそぼろ煮】 じゃがいも 豚ひき肉 玉葱 にんじん えんどう豆(さや付) 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 かたくり粉 水	50.00 15.00 15.00 8.00 4.00 0.80 1.20 0.80 0.80 1.50 0.00	●副【鯛の生姜煮】 鯛 しょうが 三温糖 うすくちしょうゆ 酒 本みりん 水	50.00 1.00 1.00 2.00 0.80 0.80 0.00	●副【春野菜炒め】 チンゲン菜 にんじん たけのこ アスパラガス しめじ スープの素 食塩 油	45.00 5.00 4.00 3.00 2.00 0.50 0.10 1.50
●副【ひじきの炒め煮】 干ひじき にんじん 三度豆 油揚げ こんにゃく 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 油 水	4.00 8.00 5.00 5.00 5.00 0.80 1.00 0.80 0.80 1.50 0.00	●副【桜えびとキャベツのおひたし】 キャベツ にんじん さくらえび(素干し) うすくちしょうゆ 本みりん 酒 水	50.00 8.00 3.00 1.00 0.50 0.50 0.00	●副【フレンチサラダ】 キャベツ にんじん 三温糖 酢 食塩 油	50.00 8.00 0.30 1.50 0.10 0.80	●副【ハリハリ和え】 切干し大根 ごまつな とうもろこし缶詰(ホ-ル) 三温糖 うすくちしょうゆ	3.00 15.00 5.00 0.20 1.00	●副【じゃが芋の味噌汁】 じゃがいも 油揚げ 味噌 削り節 こんぶ 水	20.00 5.00 3.80 1.00 0.00 140.00	●副【さつま芋のサラダ】 さつまいも じゃがいも 三温糖 酢 油 食塩	25.00 20.00 0.10 1.50 0.80 0.10
●副【玉葱のスープ】 玉葱 レタス 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	20.00 8.00 0.00 1.50 0.50 140.00	●副【若竹汁】 たけのこ わかめ うすくちしょうゆ 食塩 本みりん 削り節 こんぶ 水	15.00 1.00 1.50 1.00 0.70 1.00 0.00 140.00	●副【フルーツサラダ】 甘夏	65.00	●副【ハリハリ和え】 切干し大根 ごまつな とうもろこし缶詰(ホ-ル) 三温糖 うすくちしょうゆ	3.00 15.00 5.00 0.20 1.00	●副【じゃが芋の味噌汁】 じゃがいも 油揚げ 味噌 削り節 こんぶ 水	20.00 5.00 3.80 1.00 0.00 140.00	●副【さつま芋のサラダ】 さつまいも じゃがいも 三温糖 酢 油 食塩	25.00 20.00 0.10 1.50 0.80 0.10
●PM【具だくさんチヂミ】 豚ひき肉 にら にんじん 玉葱 切干し大根 ★薄力粉 味噌 うすくちしょうゆ ごま油 水	8.00 5.00 5.00 5.00 0.20 20.00 2.00 1.00 0.50 15.00	●PM【ココアクリームサンド】 ★食パン(市販品) ビュアココア 三温糖 コーンスターチ ★牛乳	40.00 1.00 3.00 1.00 12.00	●PM【お菓子】 ★牛乳	120.00	●PM【苺ジャム蒸しパン】 ★薄力粉 ★たまご 三温糖 ベーキングパウダー 油 ★牛乳 いちご レモン(果汁、生)	20.00 10.00 3.00 1.00 4.00 9.00 5.00 1.00	●PM【チーズおかおにぎり】 五分つき米 ★プロセスチーズ 花かつお うすくちしょうゆ 水	35.00 4.00 0.70 1.50 42.00	●PM【お菓子】 ★牛乳	120.00
●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【海苔巻きおにぎり】 五分つき米 食塩 味噌付けのり 水	35.00 0.30 0.50 42.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00
24日はセレクトおやつです。 幼児は上記のどちらか好きな方を選びます。											
エネルギー 551 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 22.0 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 525 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.5 g	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 11.9 g 食塩相当量 1.0 g	エネルギー 500 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 657 kcal たんぱく質 27.7 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 237 kcal たんぱく質 12.7 g 脂 質 7.1 g 食塩相当量 1.3 g						



(★印はアレルギー除去対象食品です)

27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	昭和の日 (休園)		献立名/食品名	g
●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00			●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00
●副【鶏肉のカレー焼き】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) カレー粉 こいくちしょうゆ 本みりん 酒	70.00 0.05 1.50 1.50 0.80	●副【鮭のちゃんちゃん焼き】 鮭 キャベツ 玉葱 にんじん ねぎ 三温糖 味噌 うすくちしょうゆ 食塩 酒 油	40.00 25.00 15.00 8.00 3.00 0.50 2.00 0.40 0.02 0.80 1.50			●副【筑前煮】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 厚揚げ にんじん ごぼう れんこん こんにゃく えんどう豆(さや付) こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 三温糖 本みりん 酒 油 水	25.00 20.00 8.00 8.00 8.00 8.00 5.00 1.00 0.50 1.00 0.80 0.80 1.00 0.00
●副【キャベツの酢の物】 キャベツ ごまつな にんじん 三温糖 酢 うすくちしょうゆ	40.00 15.00 8.00 0.20 1.50 1.20	●副【大豆サラダ】 じゃがいも 大豆(国産、乾) にんじん えんどう豆(さや付) ★マヨネーズ(卵黄型) 食塩	45.00 3.00 8.00 6.00 8.00 0.01			●副【菜種和え】 ほうれんそう キャベツ ★たまご 三温糖 うすくちしょうゆ	30.00 25.00 6.00 0.20 0.80
●副【アスパラのスープ】 アスパラガス スナップえんどう 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	8.00 8.00 0.00 1.50 0.50 140.00	●副【えのきのすまし】 えのきたけ あおさ(素干し) うすくちしょうゆ 食塩 本みりん 削り節 こんぶ 水	8.00 1.00 1.50 0.10 0.70 1.00 0.00 140.00			●副【豆苗の味噌汁】 トウモロコシ 玉葱 味噌 削り節 こんぶ 水	6.00 10.00 3.80 1.00 0.00 140.00
●PM【果物】 いちご	75.00	●PM【ゆかりクッキー】 ★薄力粉 三温糖 ★無塩バター ゆかり	25.00 6.00 9.00 0.10			●PM【フルーツヨーグルト】 ★ヨーグルト(全脂無糖) 三温糖 りんご	80.00 1.50 15.00
●PM【チーズ】 ★ベビーチーズ	15.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00			●PM【お菓子】	
●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00						
							
エネルギー 483 kcal	たんぱく質 24.5 g	エネルギー 617 kcal	たんぱく質 23.0 g			エネルギー 379 kcal	たんぱく質 16.6 g
脂質 19.5 g	食塩相当量 1.4 g	脂質 23.3 g	食塩相当量 1.1 g			脂質 11.2 g	食塩相当量 1.0 g

(★印はアレルギー除去対象食品です)



4月 離乳食献立表

西京極保育園

	月 13 27	火 14 28	水 15	木 2 16 30	金 3	土 4 18
中期食 7～8ヶ月頃	ささみの煮付け キャベツの煮物 人参の煮物 小松菜のスープ	鯛の煮付け 玉葱の煮物 じゃが芋の煮物 キャベツのすまし	高野豆腐の煮物 チンゲン菜の煮物 人参の煮物 もやしの味噌汁	豆腐の煮付け キャベツの煮物 人参の煮物 玉葱の味噌汁	鯛の煮付け 小松菜の煮物 三度豆の煮物 ねぎのスープ	野菜おじや 五分つき 玉葱 人参 わかめのすまし
後期食 9～11ヶ月頃	ささみと野菜の煮物 ささみ キャベツ アスパラ 三温糖 醤油 人参のスティック煮 小松菜のスープ	ささみと野菜の煮物 ささみ 玉葱 えんどう豆 三温糖 醤油 じゃが芋のスティック煮 キャベツのすまし	鯛と野菜の煮物 鯛 チンゲン菜 玉葱 三温糖 醤油 人参のスティック煮 もやしの味噌汁	豆腐と野菜の煮物 豆腐 キャベツ ほうれん草 三温糖 醤油 人参のスティック煮 玉葱の味噌汁	鯛と野菜の煮物 鯛 小松菜 玉葱 三温糖 醤油 三度豆の煮物 ねぎのスープ	野菜おじや 五分つき 玉葱 人参 醤油 わかめのすまし
おやつ	煮りんご	ソフトクッキー	マカロニあべかわ	(2日・30日)くずもち (16日)じゃが芋の煮物	(3日)手作りパン (17日)くずもち	蒸しパン

	月 6 20	火 7 21	水 8 22	木 9 23	金 10 24	土 11 25
中期食 7～8ヶ月頃	鯛の煮付け 玉葱の煮物 三度豆の煮物 レタスのスープ	豆腐の煮付け キャベツの煮物 人参の煮物 わかめのすまし	高野豆腐の煮物 玉葱の煮物 アスパラの煮物 えんどう豆のすまし	ささみの煮付け 小松菜の煮物 じゃが芋の煮物 チンゲン菜の味噌汁	鯛の煮付け チンゲン菜の煮物 アスパラの煮物 人参の味噌汁	煮込みうどん うどん 人参 ねぎ さつまいもの煮物
後期食 9～11ヶ月頃	鯛と野菜の煮物 鯛 玉葱 人参 三温糖 醤油 三度豆の煮物 レタスのスープ	豆腐と野菜の煮物 豆腐 キャベツ ねぎ 三温糖 醤油 人参のスティック煮 わかめのすまし	高野豆腐と野菜の煮物 高野豆腐 玉葱 じゃが芋 三温糖 醤油 アスパラの煮物 えんどう豆のすまし	ささみと野菜の煮物 ささみ 小松菜 えんどう豆 三温糖 醤油 じゃが芋のスティック煮 チンゲン菜の味噌汁	鯛と野菜の煮物 鯛 チンゲン菜 じゃが芋 三温糖 醤油 アスパラの煮物 人参の味噌汁	煮込みうどん うどん 人参 ねぎ 醤油 さつまいものコロコロ煮
おやつ	人参の煮物	手作りパン	煮りんご	蒸しパン	おじや	お菓子

※7～8ヶ月頃＝全粥、9～11ヶ月頃＝全粥～軟飯に移行していきます。

※17日(金)の給食は、中期食:高野豆腐の煮物、玉葱の煮物、人参の煮物、ねぎのすましです。

後期食:高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・玉葱・じゃが芋・三温糖・醤油)、人参のスティック煮、ねぎのすましです。おやつはくずもちです。





きゅうしよくだより

2026.4.1

ご入園・ご進級おめでとうございます...

寒さも和らぎ、春の暖かさをを感じる季節になりました。2026年度がスタートして新しい環境の中で、ドキドキそしてワクワクすることがたくさんあると思います。その中で、楽しみのひとつとなるような給食を作っていきますのでどうぞよろしくお願いいたします。

西京極保育園の給食についてご紹介!!

- ・地産地消を基本とし、旬の食材や、できるだけ国産のものを使った和食中心の献立です。
- ・野菜・肉・魚などの食材はほぼ当日入荷で、新鮮なものを使用しています。
- ・加工品や調味料は添加物を使用していないものを吟味し、取り入れています。
- ・だしは昆布とかつお節からとり、カレーやシチューのルーは手作りです。
- ・牛乳とヨーグルトは京都府の北部、久美浜から作りたてを配達してもらっています。
- ・手作りおやつは柏もち、水無月、おはぎなどの行事食も取り入れています。

いつもの食事をバランスよく!

子ども達が毎日を元気に過ごし、健やかに成長していくためには食事の栄養バランスを整えることが大切です。

ごはんやパンなどの炭水化物
魚や肉などのたんぱく質
野菜や果物などのビタミン類

朝食は1日を過ごすためにもとても大切です。そして子どものおやつは栄養補給にもなるので、お菓子だけでなく、チーズや果物などを食べるのがおすすめです。



毎日の給食が安心・安全に食べられるよう、提供します!

♪ 子どもの姿 ♪

北門のところにある展示食の前では親子の様々な会話があり、給食室にもよく聞こえてきます。

はな組さんでは最初は保護者の方が語りかけている姿が多かったのですが、今では色々な言葉を話せるようになった子どもと楽しそうに会話をしている姿を多く見かけます。

かせ組さんや幼児さんでも「これ、すきやからおかやりました〜!」「〇〇食べた〜!」という子どもに対して「いいなあ。」や「よかったね。」という微笑ましい会話が聞こえ、子ども達の成長が感じられます。