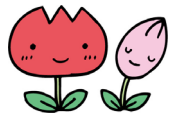


令和4年4月 献立表

3歳以上児



日	曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価		行 事	
		昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	金	焼き魚(鮭) 和風ポテトサラダ なめこ汁 デコポン	野菜生活100 ビスケット	べにざけ(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 米 みそ(甘みそ)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ (全卵型) ビスケット(ハード)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめこ (生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：315kcal タンパク：15.8g 脂質：9.5g	食塩相当量：1g	入園・進級式	
2	土	ソフトフランス甘バターパン グラタン 牛乳200 清見オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ホイップクリーム(植物性脂肪) 若鶏、む ね(皮つき、生) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 マカロニ・スパ ゲッティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) スイートコーン缶 詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：679kcal タンパク：21.8g 脂質：24.3g	食塩相当量：2.1g		
3	日									
4	月	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ	なかよしヨーグルト いも花子	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) 芋かりんとう	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん (根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん (若ざや、生)	エネルギー：404kcal タンパク：10.7g 脂質：18.5g	食塩相当量：1.5g		
5	火	チキンカツ 三色和え えのき汁 いちご	牛乳100 ビスコ	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 削り節 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) えの きたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干 し) いちご(生)	エネルギー：380kcal タンパク：16.9g 脂質：18.5g	食塩相当量：1.6g		
6	水	さわらのねぎ味噌焼き アスパラサラダ ニラ玉汁 デコポン	牛乳100 クリームパン	さわら(生) 米みそ(甘みそ) まぐろ類缶 詰(油漬、フレーク、ライト) 絹ごし豆腐 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	ごま(いり) オリーブ油 マカロニ・スパ ゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) ク リームパン	根深ねぎ(葉、軟白、生) アスパラガス(若茎、生) に んじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) にら(葉、 生)	エネルギー：436kcal タンパク：22.1g 脂質：20.9g	食塩相当量：1.2g		
7	木	五目納豆 さつま芋の甘煮 大根汁 清見オレンジ	牛乳100 カップケーキ(手作り)	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、 生) プレミックス粉(ホットケーキ用) 有 塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) だ いこん(根、皮つき、生) バナナ(生)	エネルギー：514kcal タンパク：19.4g 脂質：25.5g	食塩相当量：1.8g		
8	金	厚揚げの中華煮 野菜入り卵焼き 温そうめん汁 いちご	カップdeヤクルト せんべい	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 生揚 げ 米みそ(淡色辛みそ) 鶏肉、ひき肉 (生) 鶏卵、全卵(生) 若鶏、もも(皮つ き、焼き)	でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 オ リーブ油 そうめん、ひやむぎ(乾) 米菓 (塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、生) たけのこ た まねぎ 根深ねぎ(葉、軟白、生) しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 乾しいたけ(乾) 乾燥わかめ(素 干し) みついしこんぶ(素干し) いちご(生)	エネルギー：440kcal タンパク：19.8g 脂質：16.4g	食塩相当量：2g		
9	土	クリームサンド 中華ソテー 牛乳200 デコポン	バナナ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 普通牛乳	食パン ワッフル(カスタードクリーム入り) ごま油 緑豆はるさめ(乾)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きくらげ (乾) チンゲンサイ(葉、生) バナナ(生)	エネルギー：620kcal タンパク：20.9g 脂質：17.7g	食塩相当量：1.8g		
10	日									
11	月	春野菜シチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 清見オレンジ	白いお星さまヨーグルト せんべい	若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き 竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャ ベツ(結球葉、生) たけのこ(ゆで) アスパラガス(若 茎、生)	エネルギー：396kcal タンパク：14.9g 脂質：12.7g	食塩相当量：1.2g		
12	火	花焼売 温野菜 まいたけ汁 いちご	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) 油揚げ 米みそ(甘み そ)	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがい もでん粉) オリーブ油 米菓(塩せんべ い)	乾しいたけ(乾) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、 生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) に んじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 根深ねぎ(葉、 軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご	エネルギー：331kcal タンパク：12g 脂質：8.7g	食塩相当量：1.7g		
13	水	かじきまぐろの竜田揚げ スパゲティサラダ 豆腐汁 デコポン	牛乳100 フレンチトースト(手作り)	めかじき(生) 若鶏、ささ身(生) 絹ごし 豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 鶏卵、 全卵(生)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 マカ ロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵 型) 食パン 有塩バター	しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、 皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干 し)	エネルギー：612kcal タンパク：26.6g 脂質：26.8g	食塩相当量：2.1g		
14	木	けんちん煮 キッシュ 白菜汁 いちご	牛乳100 ホットケーキ(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 焼き豆 腐 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(甘 みそ) 普通牛乳	さといも(球茎、生) オリーブ油 薄力粉 (1等) 有塩バター じゃがいも(塊茎、皮 なし、生) プレミックス粉(ホットケーキ用)	ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん (葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰 さ やいんげん(若ざや、生) はくさい(結球葉、生) 根深 ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：512kcal タンパク：18.4g 脂質：23.8g	食塩相当量：1.7g		
15	金	鶏肉のバーベキューソース ポテトサラダ 豚 汁 デコポン わかめご飯	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた大型種、か た(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘 みそ)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) マヨネーズ(全卵型) さといも(球 茎、水煮) 水稲穀粒(精白米) ショート ケーキ アイスクリーム(普通脂肪)	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ(葉、 軟白、生) にんにく(りん茎、生) にんじん(根、皮つ き、生) きゅうり(果実、生) ごぼう(根、生) だいこん (根、皮つき、生)	エネルギー：522kcal タンパク：20g 脂質：25.1g	食塩相当量：2.8g		誕生会



令和4年4月 献立表

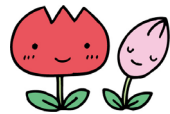
3歳以上児



日	曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価		行 事
		昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
16	土	コッペパン(ピーナツ) ジャーマンポテト 牛乳200 清見オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナッツバター) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル)	エネルギー：639kcal タンパク：20.7g 脂質：22.6g	食塩相当量：2.1g	
17	日								
18	月	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ	みかんヨーグルト せんべい	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：420kcal タンパク：16.1g 脂質：15.1g	食塩相当量：2g	
19	火	鶏のから揚げ 青菜のごま和え 豆麩汁 いちご	ヤクルト せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 米みそ(甘みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) 調合油 ごま(いり) 焼きふ(観世ふ) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：377kcal タンパク：15.3g 脂質：12.7g	食塩相当量：1.8g	
20	水	カレイの煮物 マセドアンサラダ 青菜汁 清見オレンジ	牛乳100 手作りラスク(手作り)	まがれい(生) 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 焼きふ(車ふ) 食パン オリーブ油 ざらめ糖(グラニュー糖)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー：425kcal タンパク：19.4g 脂質：16.7g	食塩相当量：2.1g	
21	木	じゃが芋のひき肉煮 スクランブルエッグ キャベツ汁 デコボン	牛乳100 お好み焼き(手作り)	ぶた、ひき肉(生) さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 さくらえび(素干し) かつお節	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 板こんにやく(精粉こんにやく) でん粉(じゃがいもでん粉) 有塩バター 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若さや、生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) あおさ(素干し)	エネルギー：512kcal タンパク：22.2g 脂質：25.4g	食塩相当量：1.9g	
22	金	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ けんちんそうめん いちご	フルーツヨーグルト(手作り) せんべい	まさば(生) 米みそ(甘みそ) ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 木綿豆腐 ヨーグルト(全脂無糖)	マヨネーズ(全卵型) そうめん、ひやむぎ(乾) さといも(球茎、生) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	しょうが 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん きゅうり(果実、生) みつしほこんぶ(素干し) ごぼう(根、生) だいこん(葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生) パナナ(生) なつみかん(缶詰) もも	エネルギー：476kcal タンパク：20.7g 脂質：14.2g	食塩相当量：2.8g	
23	土	ツナコーンサンド 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳100 清見オレンジ	ぶどうジュース ビスコ	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) クリーム(植物性脂肪) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) エリンギ(生) さやいんげん(若さや、生)	エネルギー：637kcal タンパク：18.1g 脂質：28.9g	食塩相当量：2.4g	
24	日								
25	月	ささ身揚げ 土佐和え ワンタンスープ デコボン	ヨーグルトドリンク(手作り) いも花子	若鶏、ささ身(生) 削り節 ぶた、ひき肉(生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	ブレックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま油 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 大豆もやし(生) えのきたけ(生)	エネルギー：412kcal タンパク：19.4g 脂質：14.7g	食塩相当量：1.6g	
26	火	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ いちご	オレンジジュース せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) かに風味かまぼこ 鶏卵、全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) ビーフン 有塩バター 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) わかめ(原藻、生) えのきたけ(生) いちご(生)	エネルギー：475kcal タンパク：18.5g 脂質：15.6g	食塩相当量：2.8g	
27	水	鮭のマヨネーズ焼き 菜の花和え すまし汁 清見オレンジ	牛乳100 ピザパン(手作り)	ペにざけ(生) かつお節 絹ごし豆腐 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー) ミートソース	マヨネーズ(全卵型) 食パン オリーブ油	たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 緑豆もやし(生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：481kcal タンパク：27.3g 脂質：22.7g	食塩相当量：2.5g	
28	木	マーボー豆腐 花型卵 わかめ汁 いちご	牛乳100 大学芋(手作り)	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) さつまいも(塊根、皮むき、生) 調合油	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：401kcal タンパク：20.6g 脂質：21g	食塩相当量：1.9g	かぶと行列
29	金								
30	土	サンドイッチ ポトフ 牛乳100 清見オレンジ	野菜生活100 せんべい	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ホイップクリーム(植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	食パン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：668kcal タンパク：24.1g 脂質：20.4g	食塩相当量：3.5g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園

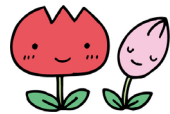


令和4年4月 献立表

3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		行 事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 金	麦茶 せんべい	焼き魚(鮭) 和風ポテトサラダ なめこ汁 デコボン ご飯	野菜生活100 ビスケット	ペにぎけ(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、 皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲 穀粒(精白米) ビスケット(ハード)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) なめ こ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：400kcal タンパク：14.4g 脂質：7.8g	食塩相当量：0.9g	入園・進級式
2 土	麦茶 ビスコ	ソフトフランス甘バターパン グラタン 牛乳100 清見オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ホイップクリーム(植物性脂肪) 若鶏、 むね(皮つき、生) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 マカロニ・スパ ゲッティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1 等) パン粉(乾燥) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) スイートコーン 缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、 生)	エネルギー：476kcal タンパク：13.5g 脂質：16.3g	食塩相当量：1.5g	
3 日									
4 月	リンゴジュース せんべい	ポークカレー 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ ご飯	なかよしヨーグルト いも花子	ぶた大型種、かたローズ(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃが いも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精 白米) 手かりんとう	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん (根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいん げん(若ざや、生)	エネルギー：546kcal タンパク：12.6g 脂質：15.8g	食塩相当量：1.5g	
5 火	ゼリー(りんご)	チキンカツ 三色和え えのき汁 いちご ご飯	牛乳100 ビスコ	若鶏、むね(皮つき、生) 鶏卵、全卵 (生) 削り節 米みそ(淡色辛みそ) 普 通牛乳	薄力粉(1等) パン粉(生) 調合油 水 稲穀粒(精白米)	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) えのきたけ(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ (素干し) いちご(生)	エネルギー：479kcal タンパク：15.7g 脂質：16.3g	食塩相当量：1.2g	
6 水	バナナ	さわらのねぎ味噌焼き アスパラサラダ ニラ玉汁 デコボン ご飯	牛乳100 クリームパン	さわら(生) 米みそ(甘みそ) まぐろ類 缶詰(油漬、フレーク、ライト) 絹ごし豆 腐 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	ごま(いり) オリーブ油 マカロニ・スパ ゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) 水 稲穀粒(精白米) クリームパン	バナナ(生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) アスパラガス (若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果 実、生) にら(葉、生)	エネルギー：535kcal タンパク：20.3g 脂質：18g	食塩相当量：0.8g	
7 木	なかよしヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 大根汁 清見オレンジ ご飯	牛乳100 カップケーキ(手作り)	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、 生) 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 (ホットケーキ用) 有塩バター	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん(根、皮つき、生) バナナ(生)	エネルギー：609kcal タンパク：19.2g 脂質：23.6g	食塩相当量：1.7g	
8 金	牛乳100 たまごボーロ	厚揚げの中華煮 野菜入り卵焼き 温そうめん汁 いちご ご飯	カップdeヤクルト せんべい	普通牛乳、ぶた大型種、かた(脂身つ き、生) 生揚げ 米みそ(淡色辛みそ) 鶏肉、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 若 鶏、もも(皮つき、焼き)	ボーロ(衛生ボーロ) でん粉(じゃがい もでん粉) ごま油 オリーブ油 そうめ ん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) にら(葉、生) たけのこ たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ しょうが(根茎、 生) にんにく(りん茎、生) 乾しいたけ(乾) 乾燥わ かめ みついしこんぶ いちご(生)	エネルギー：647kcal タンパク：21g 脂質：18.1g	食塩相当量：1.7g	
9 土	麦茶 ビスケット	クリームサンド 中華ソテー 牛乳100 デコボン	バナナ	ぶた大型種、かたローズ(脂身つき、生) 普通牛乳	ビスケット(ハード) 食パン ワッフル (カスタードクリーム入り) ごま油 緑豆 はるさめ(乾)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) きくらげ (乾) チンゲンサイ(葉、生) バナナ(生)	エネルギー：434kcal タンパク：13.3g 脂質：11.9g	食塩相当量：1.3g	
10 日									
11 月	ぶどうジュース ビスコ	春野菜シチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳100 清見オレンジ ご飯	白いお星さまヨーグルト せんべい	若鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼 き竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せん べい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) たけのこ(こで) アスパラガ ス(若茎、生)	エネルギー：579kcal タンパク：16g 脂質：14.8g	食塩相当量：1.1g	
12 火	麦茶 麩菓子	花焼売 温野菜 まいたけ汁 いちご ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) 油揚げ 米みそ(甘 みそ)	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃが いもでん粉) オリーブ油 水稲穀粒(精 白米) 米菓(塩せんべい)	乾しいたけ(乾) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん 茎、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、 生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 根深 ねぎ(葉、軟白、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご (生)	エネルギー：425kcal タンパク：12g 脂質：7.2g	食塩相当量：1.2g	
13 水	バナナ	かじきまぐろの竜田揚げ スパゲティサラダ 豆腐汁 デコボン ご飯	牛乳100 フレンチトースト(手作り)	めかじき(生) 若鶏、ささ身(生) 絹ご し豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 鶏 卵、全卵(生)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 マ カロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ (全卵型) 水稲穀粒(精白米) 食パン 有塩バター	バナナ(生) しょうが(根茎、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し)	エネルギー：637kcal タンパク：22.8g 脂質：22.4g	食塩相当量：1.5g	
14 木	なかよしヨーグルト	けんちん煮 キッシュ 白菜汁 いちご ご飯	牛乳100 ホットケーキ(手作り)	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 焼き 豆腐 鶏卵、全卵(生) 油揚げ 米みそ (甘みそ) 普通牛乳	さといも(球茎、生) オリーブ油 薄力 粉(1等) 有塩バター じゃがいも(塊 茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) プ レミックス粉(ホットケーキ用)	ごぼう(根、生) にんじん(根、皮つき、生) だいこん (葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰 さやいんげん(若ざや、生) はくさい(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) いちご(生)	エネルギー：613kcal タンパク：19g 脂質：22.1g	食塩相当量：1.4g	
15 金	麦茶 誕生ケーキ	鶏肉のバーベキューソース ポテトサラダ 豚汁 デコボン わかめご飯	アイス	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた大型種、 かた(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ (甘みそ)	ショートケーキ オリーブ油 じゃがいも (塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵 型) さといも(球茎、水煮) 水稲穀粒 (精白米) アイスクリーム(普通脂肪)	しょうが(根茎、生) りんご(皮むき、生) 根深ねぎ (葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) にんじん (根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ごぼう(根、 生) だいこん(根、皮つき、生)	エネルギー：558kcal タンパク：20.2g 脂質：22.4g	食塩相当量：2.7g	誕生会



令和4年4月 献立表

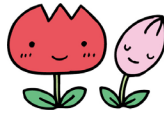
3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価		行 事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
16 土	麦茶 ビスケット	コッペパン(ピーナツ) ジャーマンポテト 牛乳100 清見オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ハード) コッペパン らっかせい(ピーナツバター) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル)	エネルギー：485kcal タンパク：14.2g 脂質：15.1g	食塩相当量：1.6g	
17 日									
18 月	リンゴジュース ビスコ	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳100 清見オレンジ ご飯	みかんヨーグルト せんべい	ぶた大型種. かたローズ(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 水稻穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：575kcal タンパク：17g 脂質：15.9g	食塩相当量：1.9g	
19 火	牛乳100 ビスケット	鶏のから揚げ 青菜のごま和え 豆麩汁 いちご ご飯	ヤクルト せんべい	普通牛乳 若鶏. もも(皮つき、生) 米みそ(甘みそ)	ビスケット(ハード) でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) 調合油 ごま(いり) 焼きふ(親世ふ) 水稻穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：550kcal タンパク：18.5g 脂質：16g	食塩相当量：1.4g	
20 水	バナナ	カレーの煮物 マセドアンサラダ 青菜汁 清見オレンジ ご飯	牛乳100 手作りラスク(手作り)	まがれい(生) 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 焼きふ(車ふ) 水稻穀粒(精白米) 食パン オリーブ油 ざらめ糖(グラニュー糖)	バナナ(生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー：502kcal タンパク：17.8g 脂質：14.1g	食塩相当量：1.6g	
21 木	麦茶 ビスケット	じゃが芋のひき肉煮 スクランブルエッグ キャベツ汁 デコボン ご飯	牛乳100 お好み焼き(手作り)	ぶた. ひき肉(生) さつま揚げ 鶏卵. 全卵(生) プロセスチーズ 油揚げ 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 さくらえび(素干し) かつお節	ビスケット(ハード) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 板こんにやく でん粉 有塩バター 水稻穀粒(精白米) 薄力粉(1等) マヨネーズ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若ざや、生) キャベツ(結球葉、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 緑豆もやし(生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) あおさ(素干し)	エネルギー：590kcal タンパク：20.1g 脂質：22.7g	食塩相当量：1.6g	
22 金	ゼリー(りんご)	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ けんちんそうめん いちご ご飯	フルーツヨーグルト(手作り) せんべい	まさば(生) 米みそ(甘みそ) ぶた大型種. かたローズ(脂身つき、生) 木綿豆腐 ヨーグルト(全脂無糖)	マヨネーズ(全卵型) そうめん. ひやむぎ(乾) さといも(球茎、生) 水稻穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	しょうが 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり みついいこんぶ(素干し) ごぼう(根、生) だいこん(葉、生) 根深ねぎ いちご(生) バナナ(生) なつみかん(缶詰) もも	エネルギー：522kcal タンパク：17.3g 脂質：11g	食塩相当量：2.1g	
23 土	麦茶 せんべい	ツナコーンサンド 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳100 清見オレンジ	ぶどうジュース ビスコ	まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) クリーム(植物性脂肪) 若鶏. もも(皮つき、生) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) エリンギ(生) さやいんげん(若ざや、生)	エネルギー：496kcal タンパク：13.9g 脂質：22.4g	食塩相当量：1.7g	
24 日									
25 月	リンゴジュース せんべい	ささ身揚げ 土佐和え ワンタンスープ デコボン ご飯	ヨーグルトドリンク(手作り) いも花子	若鶏. ささ身(生) 削り節 ぶた. ひき肉(生) ヨーグルト(全脂無糖) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま油 水稻穀粒(精白米) 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 大豆もやし(生) えのきたけ(生)	エネルギー：525kcal タンパク：17.7g 脂質：11.5g	食塩相当量：1.3g	
26 火	麦茶 麩菓子	焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ いちご ご飯	オレンジジュース せんべい	ぶた大型種. ロース(脂身つき、生) 鶏肉. ひき肉(生) かに風味かまぼこ 鶏卵. 全卵(生)	ごま油 ごま(いり) でん粉(じゃがいもでん粉) ビーフン 有塩バター 水稻穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 緑豆もやし(生) きくらげ(乾) わかめ(原藻、生) えのきたけ(生) いちご(生)	エネルギー：516kcal タンパク：16.6g 脂質：12g	食塩相当量：1.8g	
27 水	バナナ	鮭のマヨネーズ焼き 菜の花和え すまし汁 清見オレンジ ご飯	牛乳100 ピザパン(手作り)	べにざげ(生) かつお節 絹ごし豆腐 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー) ミートソース	マヨネーズ(全卵型) 水稻穀粒(精白米) 食パン オリーブ油	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) 緑豆もやし(生) にんじん(根、皮つき、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根深ねぎ(葉、軟白、生)	エネルギー：542kcal タンパク：23.1g 脂質：18.3g	食塩相当量：1.6g	
28 木	なかよしヨーグルト	マーボー豆腐 花型卵 わかめ汁 いちご ご飯	牛乳100 大学芋(手作り)	ぶた. ひき肉(生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ) 鶏卵. 全卵(生) 油揚げ 米みそ(淡色辛みそ) 普通牛乳	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稻穀粒(精白米) さつまいも(塊根、皮むき、生) 調合油	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 乾しいたけ(乾) にら(葉、生) 乾燥わかめ(素干し) いちご(生)	エネルギー：519kcal タンパク：19.8g 脂質：20.1g	食塩相当量：1.5g	かぶと行列
29 金									
30 土	麦茶 ビスコ	サンドイッチ ポトフ 牛乳100 清見オレンジ	野菜生活100 せんべい	ぶた. ひき肉(生) 鶏卵. 全卵(生) プロセスチーズ ホイップクリーム(植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	食パン オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、生)	エネルギー：502kcal タンパク：16.9g 脂質：16.3g	食塩相当量：2.5g	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和4年4月 離乳食献立表



日	曜	献立名			行事
		朝間	昼食	昼間	
1	金	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	入園・進級式
2	土	麦茶 赤ちゃんせんべい	食パン 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
3	日				
4	月	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
5	火	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
6	水	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
7	木	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
8	金	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
9	土	麦茶 赤ちゃんせんべい	食パン 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
10	日				
11	月	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
12	火	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
13	水	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
14	木	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
15	金	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	誕生会
16	土	麦茶 赤ちゃんせんべい	食パン 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
17	日				
18	月	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
19	火	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
20	水	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
21	木	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
22	金	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
23	土	麦茶 赤ちゃんせんべい	食パン 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
24	日				
25	月	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
26	火	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
27	水	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	
28	木	麦茶 赤ちゃんせんべい	5倍粥 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	かぶと行列
29	金				
30	土	麦茶 赤ちゃんせんべい	食パン 野菜煮 麦茶 果物 ミルク	ミルク	