



下羽栗保育所 4月の献立（乳児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材	kcal	塩分	
1	水	ポーロ	ごはん、えび団子と野菜の煮物、ひじきと竹輪のサラダ、味噌汁	ハッピーターン	米//えび団子、白菜、人参、いんげん//ひじき、人参、枝豆、竹輪、マヨネーズ//里芋、葱、麩	牛乳 531	1.7	
2	木	サッポロポテト	ごはん、ふりかけ、メンチカツ、ブロッコリーサラダ、スープ	黒棒	米//ふりかけ//メンチカツ//ブロッコリー、人参、コーン、ドレッシング//玉葱、人参、パセリ	牛乳 511	1.2	
3	金	ビスコ	ごはん、豚肉の焼肉風、ポテトサラダ、味噌汁	ぼたぼた焼き	米//豚肉、玉葱、人参、もやし、ピーマン、しめじ//じゃが芋、枝豆、ハム、マヨネーズ//豆腐、油揚げ、葱	牛乳 544	1.6	
4	土	 入 園 式 						
6	月	雪の宿	野菜たっぷりカレー、チキンナゲット、フルーツヨーグルト	星たべよ	米、豚肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉//チキンナゲット、ケチャップ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 568	1.7	
7	火	かっぱえびせん	ごはん、ハンバーグ煮込みソースかけ、ポテトのチーズ焼き、スープ	プリン	米//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ、青のり//白菜、人参、パセリ//プリン	牛乳 554	1.9	
8	水	プライム	ごはん、麻婆豆腐、ナムル、中華コーンスープ	ハッピーターン	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、しいたけ、葱//ほうれん草、もやし、人参//卵、葱、コーンクリーム缶	牛乳 528	1.2	
9	木	動物ビスケット	卵とじうどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ	麩ラスク	うどん、卵、玉葱、人参、ほうれん草、しいたけ//竹輪、青のり、天ぷら粉//みかん缶//麩、マーガリン	牛乳 477	1.8	
10	金	しるこサンド	ビビンバ丼、春雨サラダ、スープ	ハーベスト	米、合挽ミンチ、ほうれん草、もやし、人参、ごま//春雨、胡瓜、人参、ハム、ドレッシング//玉葱、人参、わかめ	牛乳 536	1.3	
11	土	ハッピーターン	スパゲッティナポリタン、コーンサラダ、スープ	プライム	スパゲッティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、ケチャップ//ブロッコリー、人参、コーン、マヨネーズ//玉葱、しいたけ、パセリ	牛乳 493	1.6	
13	月	ぱりんこ	ごはん、ふりかけ、白身フライ、マカロニサラダ、味噌汁	蒸しパン	米//ふりかけ//白身フライ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//白菜、葱、わかめ//ホットケーキミックス、牛乳、卵	牛乳 569	2.1	
14	火	サッポロポテト	ごはん、チャブチェ風、ひじき煮、吸物	黒棒	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ひじき、人参、さつま揚げ//えのき、みつば、麩	牛乳 484	1.8	
15	水	白い風船・一〇ゼリー	ごはん、鶏の照り煮、菜の花ごま和え、味噌汁	フルーツボンチ	米//鶏肉、じゃが芋//菜の花、人参、ごま//大根、葱、わかめ//フルーツ缶、寒天缶	牛乳 476	1.5	
16	木	サブレ	えびピラフ、ブロッコリーサラダ、ポトフ	ハッピーターン	米、えび、玉葱、人参、コーン//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//じゃが芋、玉葱、人参、ウインナー	牛乳 481	1.5	
17	金	ぼたぼた焼き	ラーメン、春巻き、フルーツ	ビスコ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、葱、なると//春巻き//みかん缶	牛乳 458	1.9	
18	土	ハッピーターン	にゅうめん、ミートボール、いんげんサラダ	黒棒	そうめん、鶏肉、ほうれん草、人参//ミートボール//いんげん、人参、竹輪、ドレッシング	牛乳 494	1.6	
20	月	動物ビスケット	ごはん、チキン味噌カツ、ほうれん草お浸し、吸物	星たべよ	米//ささみカツ//ほうれん草、人参、えのき//白菜、葱、麩	牛乳 517	1.7	
21	火	いわしっこ・一〇ゼリー	パン、焼きビーフン、さつま芋サラダ、中華スープ	ハッピーターン	パン、ジャム//ビーフン、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//さつま芋、枝豆、ハム、マヨネーズ//オクラ、玉葱、コーン	牛乳 535	1.7	
22	水	かっぱえびせん	ごはん、ポークビーンズ、大根サラダ、味噌汁	マカロニきな粉	米//豚肉、大豆、玉葱、いんげん、ケチャップ//大根、胡瓜、人参、ドレッシング//小松菜、麩、わかめ//マカロニ、きな粉	牛乳 523	1.9	
23	木	雪の宿	ゆかりごはん、コロケ、ウインナーと野菜のソテー、味噌汁	ハーベスト	米、ゆかり//コロケ//ウインナー、玉葱、人参、ピーマン//豆腐、葱、油揚げ	牛乳 547	2.0	
24	金	プライム	カレーライス、もやしハムサラダ、フルーツヨーグルト	しるこサンド	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//もやし、胡瓜、人参、ハム、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 559	1.5	
25	土	プライム	わかめうどん、ウインナー、フルーツ	ハーベスト	うどん、わかめ、人参、葱、油揚げ//ウインナー、ケチャップ//黄桃缶	牛乳 462	1.9	
27	月	ポーロ	炊き込みごはん、厚焼き玉子、菜の花おかか和え、吸物	フルーチェ	米、鶏肉、人参、干しいたけ、油揚げ//厚焼き玉子//菜の花、人参、かつお節//えのき、葱、麩//フルーチェ、牛乳	牛乳 463	1.8	
28	火	ぼたぼた焼き	焼きそば、餃子、スープ	サブレ	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青のり//餃子//玉葱、なると、わかめ	牛乳 498	1.8	
30	木	黒棒	ごはん、魚のカレーマヨ焼き、厚揚げ煮、吸物	ぱりんこ	米//鯖、マヨネーズ、カレー粉//厚揚げ、人参、いんげん//かまぼこ、みつば、麩	牛乳 513	1.4	

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。





下羽栗保育所 4月の献立（幼児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材	kcal	塩分
1	水	ポーロ	ごはん、えび団子と野菜の煮物、ひじきと竹輪のサラダ、味噌汁	ハッピーターン	米//えび団子、白菜、人参、いんげん//ひじき、人参、枝豆、竹輪、マヨネーズ//里芋、葱、麩	牛乳 580	2.1
2	木	サッポロポテト	ごはん、ふりかけ、メンチカツ、ブロッコリーサラダ、スープ	黒棒	米//ふりかけ//メンチカツ//ブロッコリー、人参、コーン、ドレッシング//玉葱、人参、パセリ	牛乳 573	1.7
3	金	ビスコ	ごはん、豚肉の焼肉風、ポテトサラダ、味噌汁	ぼたぼた焼き	米//豚肉、玉葱、人参、もやし、ピーマン、しめじ//じゃが芋、枝豆、ハム、マヨネーズ//豆腐、油揚げ、葱	牛乳 556	1.5
4	土	 入 園 式 					
6	月	野菜たっぷりカレー、チキンナゲット、フルーツヨーグルト		星たべよ	米、豚肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉//チキンナゲット、ケチャップ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 568	1.8
7	火	ごはん、ハンバーグ煮込みソースかけ、ポテトのチーズ焼き、スープ		プリン	米//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、マヨネーズ、青のり//白菜、人参、パセリ//プリン	牛乳 554	2.0
8	水	ごはん、麻婆豆腐、ナムル、中華コーンスープ		ハッピーターン	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、しいたけ、葱//ほうれん草、もやし、人参//卵、葱、コーンクリーム缶	牛乳 528	1.2
9	木	卵とじうどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ		麩ラスク	うどん、卵、玉葱、人参、ほうれん草、しいたけ//竹輪、青のり、天ぷら粉//みかん缶//麩、マーガリン	牛乳 477	2.0
10	金	ビビンバ丼、春雨サラダ、スープ		ハーベスト	米、合挽ミンチ、ほうれん草、もやし、人参、ごま//春雨、胡瓜、人参、ハム、ドレッシング//玉葱、人参、わかめ	牛乳 536	1.2
11	土	ハッピーターン	スパゲッティナポリタン、コーンサラダ、スープ	ブライム	スパゲッティ、ウインナー、玉葱、ピーマン、ケチャップ//ブロッコリー、人参、コーン、マヨネーズ//玉葱、しいたけ、パセリ	牛乳 493	1.9
13	月	ごはん、ふりかけ、白身フライ、マカロニサラダ、味噌汁		蒸しパン	米//ふりかけ//白身フライ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//白菜、葱、わかめ//ホットケーキミックス、牛乳、卵	牛乳 569	2.3
14	火	ごはん、チャプチェ風、ひじき煮、吸物		黒棒	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ひじき、人参、さつま揚げ//えのき、みつば、麩	牛乳 494	1.7
15	水	ごはん、鶏の照り煮、菜の花ごま和え、味噌汁		フルーツボンチ	米//鶏肉、じゃが芋//菜の花、人参、ごま//大根、葱、わかめ//フルーツ缶、寒天缶	牛乳 478	1.4
16	木	えびピラフ、ブロッコリーサラダ、ポトフ		ハッピーターン	米、えび、玉葱、人参、コーン//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//じゃが芋、玉葱、人参、ウインナー	牛乳 486	1.4
17	金	ラーメン、春巻き、フルーツ		ビスコ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、葱、なると//春巻き//みかん缶	牛乳 493	2.0
18	土	ハッピーターン	にゅうめん、ミートボール、いんげんサラダ	黒棒	そうめん、鶏肉、ほうれん草、人参//ミートボール//いんげん、人参、竹輪、ドレッシング	牛乳 494	1.8
20	月	ごはん、チキン味噌カツ、ほうれん草お浸し、吸物		星たべよ	米//ささみカツ//ほうれん草、人参、えのき//白菜、葱、麩	牛乳 557	2.1
21	火	パン、焼きビーフン、さつま芋サラダ、中華スープ		ハッピーターン	パン、ジャム//ビーフン、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//さつま芋、枝豆、ハム、マヨネーズ//オクラ、玉葱、コーン	牛乳 587	1.8
22	水	ごはん、ポークビーンズ、大根サラダ、味噌汁		マカロニきな粉	米//豚肉、大豆、玉葱、いんげん、ケチャップ//大根、胡瓜、人参、ドレッシング//小松菜、麩、わかめ//マカロニ、きな粉	牛乳 524	1.7
23	木	ゆかりごはん、コロッケ、ウインナーと野菜のソテー、味噌汁		ハーベスト	米、ゆかり//コロッケ//ウインナー、玉葱、人参、ピーマン//豆腐、葱、油揚げ	牛乳 598	2.2
24	金	カレーライス、もやしハムサラダ、フルーツヨーグルト		しるこサンド	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//もやし、胡瓜、人参、ハム、ドレッシング//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳 565	1.4
25	土	ブライム	わかめうどん、ウインナー、フルーツ	ハーベスト	うどん、わかめ、人参、葱、油揚げ//ウインナー、ケチャップ//黄桃缶	牛乳 581	2.4
27	月	炊き込みごはん、厚焼き玉子、菜の花おかか和え、吸物		フルーチェ	米、鶏肉、人参、干しいたけ、油揚げ//厚焼き玉子//菜の花、人参、かつお節//えのき、葱、麩//フルーチェ、牛乳	牛乳 490	1.9
28	火	焼きそば、餃子、スープ		サブレ	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青のり//餃子//玉葱、なると、わかめ	牛乳 549	1.9
30	木	ごはん、魚のカレーマヨ焼き、厚揚げ煮、吸物		ぱりんこ	米//鯖、マヨネーズ、カレー粉//厚揚げ、人参、いんげん//かまぼこ、みつば、麩	牛乳 595	1.4

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。

