



# 令和6年 4月 幼児食 予定献立表



愛の泉保育園

日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	
1	月	胚芽米雑穀御飯 ひじき佃煮 豚肉の生姜焼き ほうれん草の胡麻和え ゆし豆腐汁 パナナ	ヨーグルト カルシウムせんべい	入園・進級 おめでとうございます 美味しい給食いっぱい 食べて元気いっぱい 遊びましょうね!	ひじき 豚肉 ゆし豆腐 アーサ ヨーグルト	胚芽米 押麦 もちきび 白ごま すりごま せんべい	玉葱 ピーマン 赤ピーマン 生姜 ほうれん草 コーン缶 バナナ	
2	火	胚芽米雑穀御飯 味付けのり 煮魚 豆腐チャンプルー もずくのみそ汁 オレンジ	紅芋パン 酪農牛乳	沖縄県産のもずくの 美味しい季節です 酢の物、丼、みそ汁 天ぷら、ヒラヤーチー 色々調理して食べてね	味付けのり 赤魚 沖縄豆腐 豚肉 もずく 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび パン	生姜 人参 キャベツ にら 葱 オレンジ	
3	水	親子丼 小魚の佃煮 (1.2歳児クラスはぬき) さつま芋のみそ汁 グレープフルーツ	玄米棒 酪農牛乳	人気メニューの 小魚佃煮、簡単なので お家でも作ってみてね カルシウムが豊富です	刻みのり 鶏もも肉 卵 カエリ 酪農牛乳	胚芽米 白ごま さつま芋 玄米棒	玉葱 人参 生椎茸 葱 グレープフルーツ ブロッコリー	
4	木	とうもろこし御飯 チキンと野菜のトマト煮 マッシュポテト かちゅー湯 バナナ	シークワサー ゼリー ビスケット チーズ	幼児期に不足がちな カルシウムは乳製品 小魚、青菜、海藻に 多く含まれます	鶏もも肉 チーズ 酪農牛乳 糸削り節	胚芽米 もちきび じゃが芋 ゼリー ビスケット	ホールコーン缶 玉葱 大根 トマト ブロッコリー パセリ 長ねぎ バナナ	
5	金	ハヤシライス 大根サラダ わかめのみそ汁 ドライブルー	あんパン 酪農牛乳	保育園の手作り りんごドレッシング をかけるとお野菜も よく食べてくれます	豚肉 わかめ 酪農牛乳	胚芽米 パン	玉葱 人参 えのき カットトマト缶 大根 ホールコーン缶 胡瓜 りんご ブルーン	
6	土	胚芽米御飯 味付けのり 豚肉と野菜の味噌炒め 絹ごし豆腐のみそ汁 オレンジ	焼き菓子 酪農牛乳	少し野菜が苦手な子も みそ味だと、よく食べ ます。お家でも挑戦 してみてくださいね!	味付けのり 豚肉 絹ごし豆腐 アーサ 酪農牛乳	胚芽米 マフィン	キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 赤ピーマン 生しいたけ 生姜 にんにく オレンジ	
8	月	胚芽米雑穀御飯 鮭の照焼き ひじきイリチー 豆腐と青菜のみそ汁 オレンジ	ふかし芋 酪農牛乳	今日の給食は緑の仲間 が不足です、夕食は 野菜料理でお願い します	鮭 ひじき 豚肉 沖縄豆腐 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび さつま芋	人参 いんげん ほうれん草 オレンジ	
9	火	豚肉と野菜のカレーライス ポイルブロッコリー わかめのみそ汁 バナナ	乳酸菌飲料 胚芽ビスケット	カレーライスに 副菜、汁物、果物を つけてバランスを 整えています	豚肉 わかめ	胚芽米 じゃが芋 胚芽ビスケット	にんにく 生姜 玉葱 人参 南瓜 りんご ブロッコリー バナナ	
10	水	沖縄そば からしな白和え オレンジ	クファージュシー 酪農牛乳	沖縄そばと一緒に からし菜白和えも よく食べます	豚肉 沖縄豆腐 ツナ缶 ひじき 酪農牛乳	沖縄そば 白ごま 胚芽米	玉葱 人参 葱 からしな オレンジ 乾燥椎茸	
11	木	胚芽米雑穀御飯 豆腐のあんかけ煮 人参シリシリー かちゅー湯 グレープフルーツ	三月菓子	今日は旧暦の 3月3日浜下りです 三月菓子持って 潮干狩りに行きたい ですね!	厚揚げ 沖縄豆腐 豚ミンチ ツナ缶 卵 糸削り節	胚芽米 押麦 もちきび 白ごま 小麦粉	人参 玉葱 乾燥椎茸 葱 生姜 キャベツ にら 長ねぎ グレープフルーツ	
12	金	胚芽米雑穀御飯 納豆みそ 魚のから揚げ 野菜イリチー ごぼうのみそ汁 ドライブルー	クリームパン 酪農牛乳	人気メニューの 納豆みそ、油味噌の 三枚肉を納豆に変えた だけ、簡単なのでお家 でも作ってみてね	挽きわり納豆 白身魚 あおのり粉 豚肉 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび 小麦粉 パン	キャベツ 人参 玉葱 ごぼう ブルーン	
13	土	<b>お弁当</b>	焼き菓子 酪農牛乳					

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。



# 令和6年 4月 幼児食 予定献立表



愛の泉保育園

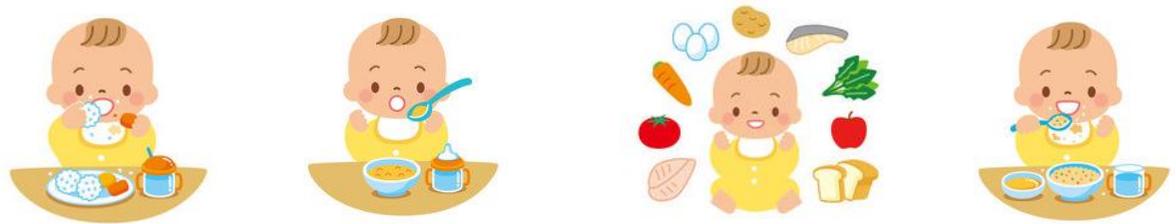
日	曜日	献立名	おやつ	備考	あかの食品 (血や肉となる)	きいろの食品 (力や熱となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)
15	月	もずく丼 ブロッコリーおなか和え チーズ (1歳児クラスはぬき) きのこのみそ汁 オレンジ	ヨーグルト バナナ	沖縄県産のもずくは 整腸作用があり お腹の調子を整えます	もずく 豚ミンチ 卵 糸削り節 チーズ 沖縄豆腐 ヨーグルト	胚芽米	生姜 ピーマン 赤ピーマン 玉葱 ブロッコリー しめじ えのき オレンジ バナナ
16	火	胚芽米雑穀御飯 パンフキンシチュー 胡瓜とみかんの和え物 かき卵のすまし汁 ドライブルー	ポロポロジュシー	サラダや酢の物に 少し果物を入れると よく食べてくれます	鶏もも肉 わかめ スキムミルク 卵 豚肉	胚芽米 押麦 もちきび じゃが芋	南瓜 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 クリームコーン缶 みかん缶 豆みょう ブルー 乾燥椎茸 よもぎ
17	水	胚芽米雑穀御飯 納豆けすり和え 煮魚 パパイアイチー さつま芋のみそ汁 バナナ	キャロットケーキ	年中みかける人参 春が旬の時期です 今日はケーキに して美味しくい たきます	挽きわり納豆 赤魚 糸削り節 豚肉 卵 プレーンヨーグルト	胚芽米 押麦 もちきび さつま芋 小麦粉	生姜 パパイア 人参 にら 玉葱 葱 バナナ レーズン
18	木	胚芽米雑穀御飯 和風厚焼き卵 南瓜のそぼろ炒め 大根とほうれん草のみそ汁 グレープフルーツ	ツナサンド りんごジュース	南瓜のビタミンAは 粘膜を強くし免疫力を 高め、病気から体 を守ってくれます	沖縄豆腐 鶏ミンチ 卵 合ミンチ ツナ缶	胚芽米 押麦 もちきび パン	人参 ねぎ 乾燥椎茸 南瓜 玉葱 大根 グリーンピース ほうれん草 胡瓜 グレープフルーツ
19	金	胚芽米雑穀御飯 魚の味噌バター焼き 春野菜ソテー もずくのみそ汁 オレンジ	春の筍ごはん 酪農牛乳	沖縄ではあまり みかけない筍、春が 美味しい季節です 食感を楽しみましょ	白身魚 鶏もも肉 もずく 油揚げ 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび 小麦粉	キャベツ 玉葱 アスパラガス 人参 コーン缶 しめじ オレンジ 乾燥椎茸 たけのこ水煮
20	土	胚芽米御飯 大根イリチー じゃが芋のみそ汁 グレープフルーツ	黒糖棒 酪農牛乳	保育園では白米では なく、胚芽米を使用 しています、ビタミン ミネラルが豊富です	豚肉 厚揚げ わかめ 酪農牛乳	胚芽米 じゃが芋 黒糖棒	大根 人参 にら グレープフルーツ 玉葱
22	月	胚芽米雑穀御飯 マーボー豆腐 大根サラダ かちゅー湯 ドライブルー	米粉のケーキ	米粉のケーキは 小麦粉のケーキより モチモチした食感 があります	豚ミンチ 沖縄豆腐 ツナ缶 糸削り節 酪農牛乳	胚芽米 押麦 もちきび こめ粉	にんにく 生姜 玉葱 人参 乾燥椎茸 大根 たけのこ水煮 長ねぎ グリーンピース 胡瓜 りんご ブルー
23	火	鶏肉と根菜の丼 小魚佃煮 (1.2歳児クラスはぬき) 愛の泉ファイトスープ バナナ	大学芋 酪農牛乳	玉葱・人参・南瓜 キャベツを水で煮た ファイトスープ 野菜の甘味を感じて 子供達の味覚を育て ています	刻みのり 鶏もも肉 カエリ 酪農牛乳	胚芽米 白ごま さつま芋	ごぼう 人参 玉葱 れんこん いんげん キャベツ 南瓜 バナナ
24	水	グリーンピース御飯 魚のコーン焼き ひじきイリチー じゃが芋のみそ汁 オレンジ	スティックパン 酪農牛乳	生のグリーンピースが 美味しい季節です 洗って炊飯器に入れ るだけで美味しく出 来上がります	白身魚 ひじき 豚肉 酪農牛乳	胚芽米 もちきび 小麦粉 じゃが芋 パン	グリーンピース パセリ クリームコーン缶 人参 玉葱 にら 葱 オレンジ
25	木	<b>お誕生会 (お弁当・すいとう)</b>	お誕生ケーキ 酪農牛乳	4月生まれのお ともたちへ おめでとうございま			
26	金	けんちんうどん 南瓜サラダ バナナ	味噌おにぎり 酪農牛乳	大好きなうどん汁 お肉もお野菜も色々 入って食べやすく いいですね!	豚肉 油揚げ 豚ばら肉 酪農牛乳 味付けのり	うどん 胚芽米	白菜 人参 玉葱 ごぼう 乾燥椎茸 生姜 南瓜 枝豆 バナナ
27	土	和風そぼろ丼 野菜のみそ汁 オレンジ	りんごタルト 酪農牛乳	和風そぼろは豚ミンチ に漬した豆腐を混ぜ て食べやすくなりました 脂肪分は減って蛋白質 は多くなって美味し いですよ	刻みのり 豚ミンチ 沖縄豆腐 酪農牛乳	胚芽米 タルト	人参 いんげん 乾燥椎茸 生姜 キャベツ ほうれん草 オレンジ
30	火	胚芽米雑穀御飯 納豆けすり和え 鮭の照焼き ポパイサラダ 大根のみそ汁 バナナ	さつま芋ぜんざい	保育園のぜんざいは 団子ではなく、さつま 芋が入っています 甘味もトロミもでて 美味しいですよ!	挽きわり納豆 鮭 糸削り節 ツナ缶 わかめ 金時豆	胚芽米 押麦 もちきび さつま芋	ほうれん草 人参 ホールコーン缶 大根 バナナ

\*朝の補食は3歳未満児のみです。

\*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

# 2024年 4月 離乳食 献立表

愛の泉保育園

月	火	水	木	金	土
1	<p><b>入園式</b></p> <p><b>入園おめでとうございます</b></p> <p>保育園の離乳食は、アレルギーの考慮や子供達の不安を少しでも減らす為、お家で食べた事のある食材のみを提供しています ご家庭での食べ方や進み具合や食材の事など保護者と担任と給食の先生たちとの連携を密に取り合い離乳食を楽しく安全に 進めていきましょうね！</p>				
8	9	10	11	12	13
<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>米 鮭 玉葱 人参 豚肉 インゲン 豆腐 ほうれん草 かつお節 さつま芋</p>	<p>お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>米 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 かつお節 ブロッコリー</p>	<p>お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>米 豚肉 玉葱 人参 豆腐 からし菜 かつお節 南瓜</p>	<p>お粥 豆腐煮物 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>米 豆腐 玉葱 人参 キャベツ かつお節 南瓜 ブロッコリー</p>	<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 白身魚 玉葱 人参 キャベツ 豚肉 ごぼう かつお節</p>	
15	16	17	18	19	20
<p>お粥 豆腐の煮物 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 豆腐 玉葱 人参 ピーマン ブロッコリー 南瓜 バナナ かつお節</p>	<p>お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 鶏肉 玉葱 人参 胡瓜 南瓜 かつお節 豚肉 じゃが芋 キャベツ</p>	<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>人参粥 バナナ 米 白身魚 玉葱 人参 豚肉 さつま芋 パナナ かつお節 ブロッコリー</p>	<p>お粥 豆腐の煮物 南瓜の煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 豆腐 玉葱 人参 南瓜 グリーンピース 鶏ミンチ 大根 かつお節 ほうれん草</p>	<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 南瓜煮物 米 白身魚 玉葱 人参 キャベツ コーン 南瓜 鶏肉 かつお節</p>	<p>お粥 豚肉の柔らか煮 大根煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 豚肉 玉葱 人参 大根 じゃが芋 かつお節 ブロッコリー</p>
22	23	24	25	26	27
<p>お粥 豆腐煮物 大根煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 かつおだし汁 米 豆腐 玉葱 人参 グリーンピース 大根 南瓜 かつお節</p>	<p>お粥 鶏肉の柔らか煮 ごぼうの柔らか煮 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ 米 鶏肉 玉葱 人参 インゲン キャベツ 南瓜 さつま芋 かつお節</p>	<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 白身魚 玉葱 人参 豚肉 ブロッコリー じゃが芋 かつお節 グリンピース</p>	<p>お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 南瓜 ブロッコリー かつお節</p>	<p>お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 うどん煮込み汁</p> <p>野菜雑炊 バナナ 米 豚肉 玉葱 人参 白菜 ごぼう かつお節 南瓜 枝豆 バナナ うどん</p>	<p>お粥 豆腐煮物 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 かつおだし汁 米 豆腐 玉葱 人参 いんげん キャベツ 豚ミンチ ほうれん草 かつお節</p>
29	30				
<p><b>昭和の日</b></p> <p>4/29</p> 	<p>お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜煮物 さつま芋マッシュ 米 鮭 玉葱 人参 ほうれん草 コーン 大根 かつお節 さつま芋</p>				

\* 材料、その他の都合により献立を一部変更する事があります。