



## 令和6年4月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
1	月	せんべい 牛乳	麻婆豆腐 もやしのナムル 牛乳 ごはん	木綿豆腐、豚挽肉、玉葱、椎茸、にら、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉 もやし、胡瓜、人参、ごま油、砂糖、酢、醤油 牛乳 米	チーズ おかし 麦茶	エネルギー 526 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 20.8 g 食塩相当量 1.6 g
2	火	ビスケット 牛乳	鶏肉の香り焼き ポテトサラダ 青菜のみそ汁 ごはん	鶏もも肉、玉葱、レモン汁、砂糖、醤油 じゃが芋、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩、胡椒 青菜、えのき茸、みそ、煮干し、水 米	ジャムサンド 食パン、ジャム 牛乳	エネルギー 594 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 18.6 g 食塩相当量 2.1 g
3	水	ヨーグルト 麦茶	煮魚 おかか和え オレンジ 牛乳 ごはん	魚、砂糖、醤油、生姜、酒 キャベツ、青菜、人参、醤油、かつお節 オレンジ 牛乳 米	マドレーヌ <small>小麦粉、砂糖、卵、バター、レモン汁、ベーキングパウダー</small> 紅茶	エネルギー 490 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 17.3 g 食塩相当量 1.0 g
4	木	せんべい 牛乳	チリコンカン ブロッコリーのだし醤油あえ 牛乳 パン	<small>ゆで大豆、合挽肉、ベーコン、玉葱、人参、マッシュルーム缶、グリーンピース、トマト缶、油、コンソメ、水、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、塩、胡椒</small> ブロッコリー、醤油、水、かつお節 牛乳 パン	おにぎり 米、混ぜごはんの素 かぶの浅漬け かぶ、かぶの葉、塩 ほうじ茶	エネルギー 499 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 2.6 g
5	金	ビスケット 牛乳	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ けんちん汁 ごはん	豚ロース肉、玉葱、生姜、醤油、みりん、油 乾燥春雨、人参、胡瓜、ロースハム、醤油、酢、塩、ごま油 大根、人参、つきこんにゃく、牛蒡、ごま油、木綿豆腐、ねぎ、水、かつお節、みりん、醤油 米	いちご せんべい 牛乳	エネルギー 563 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 1.6 g
6	土	おかし 牛乳	そぼろ煮 即席漬け ゼリー 牛乳 ごはん	豚挽肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 大根、胡瓜、塩 ゼリー 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 542 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.5 g
8	月	ビスケット 牛乳	ポークカレー じゃこサラダ バナナ 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、アレルギー不使用カレールウ キャベツ、胡瓜、人参、じゃこ、油、砂糖、醤油、酢、ごま油 バナナ 牛乳 米	プリン プリンの素、牛乳、砂糖、湯 せんべい 麦茶	エネルギー 643 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 19.8 g 食塩相当量 2.0 g
9	火	せんべい 牛乳	焼き魚 切干大根の煮付け 玉葱のみそ汁 ひじきごはん	魚、塩 切干大根、人参、油揚げ、さやいんげん、ごま油、砂糖、醤油 玉葱、わかめ、みそ、煮干し、水 米、ひじきごはんの素	ホットサンド <small>食パン、ピザソース、玉葱、ベーコン、チーズ、バター</small> 牛乳	エネルギー 589 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 20.2 g 食塩相当量 2.5 g
10	水	コーンフレーク 牛乳	鶏肉の五目炒め スティックきゅうり アセロラゼリー(鉄分入り) 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、塩、片栗粉、ごま油、つきこんにゃく、しめじ、人参、ゆでたけのこ、さやいんげん、ごま油、中華だし、砂糖、醤油、片栗粉、水 胡瓜、塩 アセロラゼリー(鉄分入り) 牛乳 米	焼きそば <small>焼きそばめん、豚もも肉、キャベツ、人参、油、ソース</small> 麦茶	エネルギー 528 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.7 g
11	木	クラッカー 牛乳	米粉のハンバーグ マカロニサラダ コーンポタージュ パン	合挽肉、おから、玉葱、油、塩、胡椒、豆乳、酒、上新粉、ケチャップ、ソース、砂糖 マカロニ、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩、胡椒 コーン(うらごし)、牛乳、生クリーム、コンソメ、塩、胡椒、乾燥パセリ パン	オレンジ せんべい 牛乳	エネルギー 689 kcal たんぱく質 30.5 g 脂 質 30.4 g 食塩相当量 2.5 g
12	金	ヨーグルト 麦茶	魚のバーベキューソース 春野菜のごま和え 牛乳 ごはん	魚、塩、胡椒、片栗粉、油、りんご、レモン汁、酒、みりん、醤油、酢、砂糖 キャベツ、アスパラガス、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	ウインナーパイ ウインナー、パイ皮、卵(黄) 麦茶	エネルギー 508 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 22.7 g 食塩相当量 1.2 g
13	土	おかし 牛乳	肉野菜炒め じゃがいものみそ汁 グレープフルーツ 牛乳 ごはん	豚もも肉、しめじ、チンゲン菜、玉葱、人参、もやし、油、砂糖、みりん、醤油 じゃが芋、わかめ、みそ、煮干し、水 グレープフルーツ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 580 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 17.4 g 食塩相当量 1.5 g
15	月	ビスケット 牛乳	豚肉の柳川風 おかか和え 牛乳 ごはん	豚もも肉、牛蒡、玉葱、人参、油、水、かつお節、砂糖、酒、醤油、卵 青菜、人参、コーン、醤油、かつお節 牛乳 米	いもち じゃが芋、片栗粉、バター、塩 麦茶	エネルギー 507 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 1.4 g



# 令和6年4月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価	
16	火	せんべい 牛乳	コーンシチュー ブロッコリーサラダ 牛乳 パン	鶏もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、コーン、マッシュルーム缶、スキムミルク、シチューの素、油 ブロッコリー、トマト、玉葱、ロースハム、酢、油、塩・胡椒 牛乳 パン	鮭おにぎり 米、鮭フレーク、いりごま きゅうりの浅漬け 胡瓜、塩 ほうじ茶	エネルギー 578 kcal たんぱく質 22.8 g 脂 質 20.4 g 食塩相当量 2.5 g	
17	水	ヨーグルト 麦茶	高野豆腐の含め煮 酢の物 牛乳 ごはん	高野豆腐、里芋、人参、つきこんにやく、れんこん、昆布、さつま揚げ、醤油、砂糖、みりん 胡瓜、わかめ、みかん缶、酢、塩、砂糖 牛乳 米	ホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳、卵、バター、メープルシロップ 紅茶	エネルギー 447 kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 10.7 g 食塩相当量 1.6 g	
18	木	ビスケット 牛乳	魚の味噌焼き きんぴら風煮 にら玉汁 ごはん	魚、みそ、みりん、生姜 牛蒡、大根、人参、つきこんにやく、さつま揚げ、さいいんげん、ごま油、砂糖、醤油、酒 にら、卵、醤油、塩、水、かつお節 米	マカロニあべかわ マカロニ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 549 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.5 g	
19	金	せんべい 牛乳	【食育の日】 鶏肉の唐揚げ コーンサラダ オレンジ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、醤油、生姜、片栗粉、油 キャベツ、胡瓜、コーン、油、酢、塩・胡椒 オレンジ 牛乳 米	米粉のタルト お米deタルト 麦茶	エネルギー 581 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 22.5 g 食塩相当量 1.2 g	
20	土	おかし 牛乳	チキンカレー トマト バナナ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、アレルゲン不使用カレールウ トマト バナナ 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 554 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.5 g	
22	月	クラッカー 牛乳	肉じゃが 青菜の海苔和え 牛乳 ごはん	牛もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸こんに、油、砂糖、醤油、酒 青菜、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 牛乳 米	みかんゼリー ゼリーの素、水、オレンジジュース、みかん缶 せんべい 麦茶	エネルギー 516 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 12.7 g 食塩相当量 1.5 g	
23	火	ヨーグルト 麦茶	親子煮 即席漬け 豆腐のみそ汁 ごはん	卵、鶏むね肉、なると、玉葱、人参、えのき茸、みつば、砂糖、醤油、水、かつお節 かぶ、胡瓜、塩 木綿豆腐、わかめ、ねぎ、みそ、煮干し、水 米	きなこ揚げパン コッペパン、きな粉、砂糖、塩、油 牛乳	エネルギー 549 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 2.2 g	
24	水	ビスケット 牛乳	スパゲティナポリタン ごぼうサラダ グレープフルーツ 牛乳	スパゲティ、ウィンナー、玉葱、ピーマン、マッシュルーム缶、油、ケチャップ、トマトビュレ、ソース、塩・胡椒、粉チーズ 牛蒡、人参、胡瓜、ツナ缶、マヨネーズ、酢、ドレッシング グレープフルーツ 牛乳	お麩のラスク 麩、バター、グラニュー糖 ミニフィッシュ 麦茶	エネルギー 525 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.8 g	
25	木	せんべい 牛乳	魚のピカタ 春野菜ソテー わかめのコンソメスープ パン(ジャム)	魚、塩・胡椒、小麦粉、卵、乾燥パセリ、油、ケチャップ キャベツ、アスパラガス、コーン、ウィンナー、コンソメ、塩・胡椒、油 わかめ、ねぎ、コンソメ、塩・胡椒、水 パン、ジャム	バナナ おかし 牛乳	エネルギー 549 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.2 g	
26	金	コーンフレーク 牛乳	豆腐のあんかけ もやしの和え物 牛乳 ごはん	木綿豆腐、砂糖、醤油、人参、えのき茸、豚挽肉、ピーマン、玉葱、油、砂糖、醤油、片栗粉 もやし、人参、わかめご飯の素 牛乳 米	黒糖蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、黒砂糖 麦茶	エネルギー 541 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 1.6 g	
27	土	おかし 牛乳	ずき焼き風煮 スティックきゅうり バナナ 牛乳 ごはん	豚もも肉、焼き豆腐、糸こんに、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 胡瓜、塩 バナナ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 571 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.3 g	
29	月	<b>昭和の日</b>					
30	火	ヨーグルト 麦茶	はんぺんのフライ ひじきサラダ オレンジ 牛乳 ごはん	はんぺん、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース ひじき、砂糖、醤油、人参、胡瓜、キャベツ、醤油、酢、油 オレンジ 牛乳 米	ポテトピザ じゃが芋、バター、ピーマン、ベーコン、チーズ 麦茶	エネルギー 498 kcal たんぱく質 18.2 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 1.8 g	

【目標値】エネルギー533kcal、たんぱく質21.3g、脂質17.2g、食塩相当量1.6g(3歳未満児)

【平均値】エネルギー549kcal、たんぱく質21.9g、脂質18.7g、食塩相当量1.8g

※食べたことのない食品・食材がある場合には、必ず事前に職員へお知らせください。

※歯の生え方や咀嚼力等の発育・発達に応じて、練り製品、こんにやく、丸いもの等は切り方や大きさに配慮して調理し、食事の際に声掛けや見守りを行っています。

※食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。

※土曜日は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施しています。(飲用牛乳除く)

※毎月19日は食育の日です。19日(金)は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)