

令和6年
(2024年)

4 月 給 食 予 定 献 立 表

はーとらいふ保育園

日	曜	献立名	おやつ	おもな食品と体内でのはたらき			エネルギー
				血や肉、骨となるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	
				赤の食品	緑の食品	黄の食品	
1	月	ご飯 豆腐と豚肉の味噌炒め パパイヤサラダ すまし汁	オレンジ	豚肉 豆腐	玉葱 ニラ 筍 ねぎ パパイヤ 人参	米 サラダ油 片栗粉 グラニュー糖	369 Kcal
2	火	ご飯 鶏肉の塩麴焼き さつま芋炒め みそ汁	ビスケット	鶏肉 豚肉	きくらげ ねぎ えのき 玉葱	米 さつま芋 ごま油	373 Kcal
3	水	ご飯 赤魚のみりん焼き 切干大根サラダ みそ汁	バナナ	赤魚 ツナ	切干大根 人参 水菜 ごま	米 マヨネーズ サラダ油	326 Kcal
4	木	和風きのこスパゲッティ ポテトサラダ 中華汁	ゼリー	ベーコン ハム 豆腐	玉葱 椎茸 マッシュルーム しめじ えのき 胡瓜 人参 ねぎ ごま	麺 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ オリーブ油	375 Kcal
5	金	ご飯 チキンシチュー ビーフンソテー コンソメ汁	オレンジ	鶏肉	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー 椎茸 ビーマン コーン	米 ビーフン じゃが芋 サラダ油 ごま油	358 Kcal
6	土	ご飯 照焼きハンバーグ ゴーヤーチャンプルー みそ汁	クラッカー	豚肉 豆腐 ツナ	玉葱 人参 もやし ゴーヤ	米 片栗粉 サラダ油	379 Kcal
8	月	ご飯 鮭のカレームニエル ひじき炒め煮 みそ汁	バナナ	鮭 大豆 油揚げ	ひじき 人参 いんげん	米 マーガリン 小麦粉 サラダ油 グラニュー糖	373 Kcal
9	火	ご飯 豆腐チャンプルー 南瓜の煮物 みそ汁	せんべい	豆腐 豚肉	キャベツ 玉葱 人参 南瓜 ねぎ	米 サラダ油 グラニュー糖	364 Kcal
10	水	ナポリタンスパゲッティ 卵サラダ コンソメ汁	オレンジ	ウインナー 卵 チーズ	玉葱 人参 ビーマン 胡瓜 コーン わかめ	麺 マヨネーズ サラダ油	360 Kcal
11	木	ご飯 鶏肉のポテトチーズ焼き ほうれん草とエリンギの炒め物 みそ汁	はちやぐみ棒	鶏肉 チーズ	玉葱 ほうれん草 エリンギ 人参	米 サラダ油 じゃが芋 ごま油	325 Kcal
12	金	カレーライス 春雨のマヨネーズ和え みそ汁	バナナ	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜	米 じゃが芋 春雨 サラダ油 マヨネーズ	457 Kcal
13	土	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め そうめんチャンプルー みそ汁	ビスケット	鶏肉	長葱 玉葱 ビーマン パプリカ 人参 椎茸 ニラ	米 サラダ油 麺	357 Kcal
15	月	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草胡麻和え みそ汁	オレンジ	豚肉	玉葱 いんげん ほうれん草 人参 しめじ ごま	米 グラニュー糖 小麦粉 サラダ油	337 Kcal
16	火	ご飯 チキンソテー 里芋の煮物 みそ汁	ちんすこう	鶏肉	いんげん パプリカ 人参	米 里芋 サラダ油 オリーブ油 グラニュー糖	348 Kcal
17	水	ご飯 鯖の唐揚げ 野菜ゴマ酢和え みそ汁	バナナ	鯖 油揚げ	もやし 胡瓜 しょうが ごま	米 グラニュー糖 片栗粉 大豆油	375 Kcal
18	木	焼きうどん 厚揚げとインゲンの卵とじ みそ汁	ぼたぼた焼き	豚肉 厚揚げ 卵	人参 キャベツ ビーマン もやし 玉葱 ナス	麺 サラダ油	342 Kcal
19	金	ご飯 豚肉のカレー炒め さつま芋サラダ みそ汁	オレンジ	豚肉	キャベツ 玉葱 ビーマン パプリカ 人参 胡瓜	米 さつま芋 サラダ油 マヨネーズ	392 Kcal
22	月	あんかけ焼きそば ジャーマンサラダ コンソメ汁	バナナ	豚肉 海老 かまぼこ ハム	白菜 人参 きくらげ 玉葱 ビーマン 胡瓜 コーン わかめ	麺 じゃが芋 ごま油 片栗粉 マヨネーズ	343 Kcal
23	火	ご飯 赤魚の照り煮 マーミナーチャンプルー すまし汁	ビスケット	赤魚 ポーク	もやし 人参 にら ねぎ	米 サラダ油 グラニュー糖	325 Kcal
24	水	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 豆腐と野菜の炒め物 みそ汁	オレンジ	鶏肉 豆腐	玉葱 人参 しょうが ニラ	米 サラダ油 ジャム	312 Kcal
25	木	ご飯 豚肉のトマト煮 菜の花の炒め物 みそ汁	クラッカー	豚肉 大豆	玉葱 人参 ビーマン 菜の花 パプリカ コーン	米 サラダ油 マーガリン	414 Kcal
26	金	カレーライス マカロニサラダ コンソメ汁	バナナ	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜 コーン わかめ	米 じゃが芋 マカロニ サラダ油 マヨネーズ	441 Kcal
30	火	ご飯 生姜醤油バター焼き 豆腐と野菜の炒め物 みそ汁	オレンジ	ホキ 豆腐	玉葱 人参 にら 生姜 ねぎ	米 小麦粉 サラダ油 マーガリン	289 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

令和6年
(2024年)

4 月 給 食 予 定 献 立 表

はーとらいふ保育園

日 曜	基 本 献 立 名	おやつ	卵アレルギー(エビアレルギー含む)	
1 月	ご飯 豆腐と豚肉の味噌炒め パパイヤサラダ すまし汁	オレンジ	同様	454 Kcal
2 火	ご飯 鶏肉の塩麹焼き さつま芋炒め みそ汁	ビスケット	同様	373 Kcal
3 水	ご飯 赤魚のみりん焼き 切干大根サラダ みそ汁	バナナ	サラダ→卵なしマヨネーズ使用	318 Kcal
4 木	和風きのこスパゲッティ ポテトサラダ 中華汁	ゼリー	スパゲッティ→ベーコンなし ポテトサラダ→ハムなし 卵なしマヨネーズ使用	314 Kcal
5 金	ご飯 チキンシチュー ビーフンソテー コンソメ汁	オレンジ	同様	358 Kcal
6 土	ご飯 照焼きハンバーグ ゴーヤーチャンプルー みそ汁	クラッカー	同様	379 Kcal
8 月	ご飯 鮭のカレームニエル ひじき炒め煮 みそ汁	バナナ	同様	373 Kcal
9 火	ご飯 豆腐チャンプルー 南瓜の煮物 みそ汁	せんべい	同様	364 Kcal
10 水	ナポリタンスパゲッティ 卵サラダ コンソメ汁	オレンジ	卵サラダ→マカロニサラダ(卵なしマヨネーズ使用)	336 Kcal
11 木	ご飯 鶏肉のポテトチーズ焼き ほうれん草とエリンギの炒め物 みそ汁	はちやぐみ棒	同様	410 Kcal
12 金	カレーライス 春雨のマヨネーズ和え みそ汁	バナナ	春雨のマヨネーズ和え→錦糸卵なし 卵なしマヨネーズ使用	537 Kcal
13 土	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め そうめんチャンプルー みそ汁	ビスケット	同様	357 Kcal
15 月	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草胡麻和え みそ汁	オレンジ	同様	337 Kcal
16 火	ご飯 チキンソテー 里芋の煮物 みそ汁	ちんすこう	同様	348 Kcal
17 水	ご飯 鯖の唐揚げ 野菜ゴマ酢和え みそ汁	バナナ	鯖の唐揚げ→焼く	375 Kcal
18 木	焼きうどん 厚揚げとインゲンの卵とじ みそ汁	ぼたぼた焼き	厚揚げとインゲンの卵とじ→卵なしの煮物	331 Kcal
19 金	ご飯 豚肉のカレー炒め さつま芋サラダ みそ汁	オレンジ	さつま芋サラダ→卵なしマヨネーズ使用	390 Kcal
22 月	あんかけ焼きそば ジャーマンサラダ コンソメ汁	バナナ	焼きそば→かまぼこなし ジャーマンサラダ→卵なしマヨネーズ使用・ハムなし	322 Kcal
23 火	ご飯 赤魚の照り煮 マーミナーチャンプルー すまし汁	ビスケット	同様	325 Kcal
24 水	ご飯 鶏肉のマーレード焼き 豆腐と野菜の炒め物 みそ汁	オレンジ	同様	312 Kcal
25 木	ご飯 豚肉のトマト煮 菜の花の炒め物 みそ汁	クラッカー	同様	414 Kcal
26 金	カレーライス マカロニサラダ コンソメ汁	バナナ	マカロニサラダ→卵なしマヨネーズ使用	433 Kcal
30 火	ご飯 生姜醤油バター焼き 豆腐と野菜の炒め物 みそ汁	オレンジ	同様	289 Kcal

* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承お願い致します。

※すべての献立

2024年

4 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

月		火		水		木		金		土	
1日		2日		3日		4日		5日		6日	
昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 白菜煮(白菜・昆布だし) 汁(人参・玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(玉葱・麩・昆布だし)
おやつ	オレンジ	おやつ	ビスケット	おやつ	バナナ	おやつ	ゼリー	おやつ	オレンジ	おやつ	クラッカー
8日		9日		10日		11日		12日		13日	
昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(人参・チンゲン菜)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 大根煮(大根・昆布だし) 汁(玉葱・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) 南瓜煮(南瓜・昆布だし) 汁(人参・昆布だし)
おやつ	バナナ	おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ	おやつ	はちやぐみ棒	おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット
15日		16日		17日		18日		19日		20日	
昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) 里芋煮(里芋・人参・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(ほうれん草・昆布だし)		休み
おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう	おやつ	バナナ	おやつ	ぼたぼた焼き	おやつ	オレンジ		
22日		23日		24日		25日		26日		27日	
昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) さつま芋煮(さつま芋・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 豆腐煮(絹豆腐・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)	昼	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがん煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	昼	おかゆ 魚煮(白身魚・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし) 汁(チンゲン菜・昆布だし)	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) 里芋煮(里芋・昆布だし) 汁(玉葱・人参・昆布だし)		休み
おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット	おやつ	オレンジ	おやつ	クラッカー	おやつ	バナナ		
29日		30日									
	昭和の日	昼	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)								
		おやつ	オレンジ								

※食材等の都合により、献立を変更することがございます