

令和6年
(2024年)

1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はたらく			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 夏野菜カレー 切干大根サラダ コンソメ汁	はちやぐみ棒	鶏肉 ツナ	玉葱 人参 パプリカ なす きゅうり 大根	米 サラダ油 マヨネーズ じゃが芋	399 Kcal
2	火	ご飯 鱈の照焼き さつま芋炒め みそ汁	オレンジ	鱈 豚肉	きくらげ 人参 生姜	米 グラニュー糖 サラダ油 ごま油 さつま芋	334 Kcal
3	水	ご飯 若鶏の唐揚げ甘辛だれ そうめんチャンプルー みそ汁	ちんすこう	鶏肉 ツナ	人参 椎茸 にら しょうが にんにく	米 そうめん グラニュー糖 片栗粉 サラダ油 小麦粉 ごま油	371 Kcal
4	木	焼きうどん ジャーマンポテト 豆腐汁	青りんごゼリー	豚肉 ソーセージ 豆腐	人参 キャベツ ピーマン もやし 玉葱 椎茸 ねぎ	米 じゃが芋 サラダ油 片栗粉 ごま油	370 Kcal
5	金	ご飯 鶏肉と野菜のクリーム煮 ほうれん草ゴマ和え わかめスープ	バナナ	鶏肉	玉葱 人参 ほうれん草 もやし 椎茸 わかめ ねぎ ごま	米 じゃが芋 サラダ油 グラニュー糖 ごま油	348 Kcal
6	土	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き 菜の花の炒め物 みそ汁	ビスケット	鶏肉	菜の花 パプリカ コーン しょうが	米 グラニュー糖 サラダ油 マーガリン	297 Kcal
8	月	ご飯 豆腐チャンプルー 南瓜のカレー風味サラダ みそ汁	せんべい	豚肉 豆腐	キャベツ 玉葱 人参 南瓜	米 サラダ油 グラニュー糖	414 Kcal
9	火	ご飯 鮭のゆず味噌焼き じゃが芋煮物 すまし汁	オレンジ	鮭	人参 ゆず ねぎ	米 じゃが芋 サラダ油 グラニュー糖	331 Kcal
10	水	肉みそスパゲッティ 卵サラダ コンソメ汁	クラッカー	豚肉 卵	玉葱 人参 胡瓜 コーン わかめ	米 サラダ油 グラニュー糖 オリーブ油 片栗粉 マヨネーズ	392 Kcal
11	木	ご飯 豚肉の醤油煮 マーミナーチャンプルー みそ汁	バナナ	豚肉 卵 ポーク	大根 人参 いんげん もやし にら	米 グラニュー糖 サラダ油	464 Kcal
12	金	ご飯 鶏肉の天ぷら 春雨マヨネーズ和え みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉 卵	玉葱 胡瓜 人参 ねぎ	米 春雨 片栗粉 サラダ油 マヨネーズ	359 Kcal
13	土	ご飯 ミートボールケチャップ煮 卵マカロニサラダ コンソメ汁	はちやぐみ棒	豚肉 卵	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム わかめ コーン	米 マカロニ 片栗粉 マヨネーズ	380 Kcal
16	火	ご飯 鶏肉と豆腐の野菜あんかけ お好み焼き風 みそ汁	ちんすこう	鶏肉 豆腐	もずく 玉葱 人参 ねぎ 小松菜 しめじ	米 サラダ油 片栗粉 小麦粉 グラニュー糖	359 Kcal
17	水	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼 南瓜の煮物 みそ汁	オレンジ	ホキ	南瓜 人参 にんにく パセリ	米 小麦粉 マヨネーズ グラニュー糖	316 Kcal
18	木	ご飯 豚肉のオーロラ煮 ほうれん草ソテー みそ汁	ビスケット	豚肉 牛乳 ハム	玉葱 アスパラガス ほうれん草 しめじ コーン パプリカ	米 サラダ油 小麦粉 マーガリン	382 Kcal
19	金	沖縄そば 三枚肉煮つけ 竹輪と玉葱の磯辺焼き	せんべい	豚肉 竹輪	玉葱 ねぎ 青のり	米 天ぷら粉 グラニュー糖	372 Kcal
22	月	ご飯 照りマヨチキン さつま芋の煮物 みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉	人参 しょうが ねぎ	米 さつま芋 グラニュー糖 マヨネーズ	327 Kcal
23	火	ご飯 赤魚のみりん焼き パパイヤチャンプルー すまし汁	バナナ	赤魚 ツナ	パパイヤ 椎茸 人参 ニラ	米 サラダ油	288 Kcal
24	水	ご飯 ポークチャップ ビーフンソテー みそ汁	はちやぐみ棒	豚肉	玉葱 マッシュルーム 人参 椎茸 ピーマン	米 ビーフン サラダ油 ごま油	359 Kcal
25	木	あんかけ焼きそば ジャーマンサラダ コンソメ汁	オレンジ	豚肉 かまぼこ ハム	白菜 人参 きくらげ 玉葱 ピーマン 胡瓜 コーン わかめ	米 じゃが芋 片栗粉 ごま油 マヨネーズ	330 Kcal
26	金	カレーライス ツナマカロニサラダ 中華汁	クラッカー	豚肉 ツナ 豆腐	玉葱 人参 胡瓜 椎茸 ねぎ	米 じゃが芋 マカロニ マヨネーズ サラダ油	471 Kcal
29	月	ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き きんぴらごぼう みそ汁	ビスケット	鶏肉 豚肉	玉葱 人参 ごぼう	米 糸こんにゃく ごま油 サラダ油 グラニュー糖	331 Kcal
30	火	ご飯 赤魚の照り煮 じゃが芋金平 みそ汁	バナナ	赤魚 豚肉 牛肉	人参 ねぎ ごま	米 じゃが芋 グラニュー糖 ごま油	343 Kcal
31	水	ご飯 チキンシチュー ひじきサラダ コンソメ汁	せんべい	鶏肉 ツナ	玉葱 人参 しめじ ブロッコリー ひじき キャベツ 胡瓜 わかめ コーン	米 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ油	369 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。ご了承ください。

2024年

7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	
屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがんと煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	屋	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)	屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがんと煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	屋	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)	屋	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(大根・昆布だし)	屋	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	はちやぐみ棒	おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう	おやつ	青りんごゼリー	おやつ	バナナ	おやつ	ビスケット
8日		9日		10日		11日		12日		13日	
屋	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)	屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	屋	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)	屋	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)	屋	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)	屋	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)
おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ	おやつ	クラッカー	おやつ	バナナ	おやつ	ぼたぼた焼き	おやつ	はちやぐみ棒
15日		16日		17日		18日		19日		20日	
	海の日	屋	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)	屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	屋	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)	屋	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	ちんすこう	おやつ	オレンジ	おやつ	ビスケット	おやつ	せんべい		
22日		18日		19日		20日		21日		22日	
屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・人参・昆布だし)	屋	おかゆ 鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし) じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし) 汁(キャベツ・昆布だし)	屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがんと煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	屋	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)	屋	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)		休み
	ぼたぼた焼き	おやつ	バナナ	おやつ	はちやぐみ棒	おやつ	オレンジ	おやつ	クラッカー		
29日		30日		31日							
屋	おかゆ 豚肉煮(豚肉・昆布だし) とうがんと煮(とうがん・昆布だし) 汁(人参・ほうれん草・昆布だし)	屋	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)	屋	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)						
おやつ	ビスケット	おやつ	バナナ	おやつ	せんべい						

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。