

2025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	火	ご飯 鶏肉の塩麹焼き さつま芋炒め みそ汁	クラッカー	鶏肉 豚肉	きくらげ ねぎ えのき 玉葱	米 さつま芋 ごま油	395 Kcal
2	水	ご飯 赤魚のみりん焼き 切干大根サラダ みそ汁	はちやぐみ棒	赤魚 ツナ	切干大根 人参 水菜 ごま	米 マヨネーズ サラダ油	318 Kcal
3	木	和風きのこスパゲッティ ポテトサラダ 中華汁	ぼたぼた焼き	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	396 Kcal
4	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 フロッキー 椎茸 ピーマン コーン	米 ビーフン じゃが芋 サラダ油 ごま油	358 Kcal
5	土	ご飯 照焼きハンバーグ ゴーヤーチャンブルー みそ汁	ちんすこう	豚肉 豆腐 ツナ	玉葱 人参 もやし ゴーヤ	米 片栗粉 サラダ油	363 Kcal
7	月	ご飯 鮭のカレームニエル ひじき炒め煮 みそ汁	せんべい	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	356 Kcal
8	火	ご飯 豆腐チャンブルー 南瓜の煮物 みそ汁	バナナ	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	381 Kcal
9	水	ナポリタンスパゲッティ 卵サラダ コンソメ汁	ビスケット	ウインナー 卵 チーズ	玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 コーン わかめ	麺 マヨネーズ サラダ油	374 Kcal
10	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	オレンジ	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	321 Kcal
11	金	カレーライス 春雨のマヨネーズ和え みそ汁	クラッカー	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	478 Kcal
12	土	ご飯 鶏肉のねぎ味噌炒め そうめんチャンブルー みそ汁	ぼたぼた焼き	鶏肉	長葱 玉葱 ピーマン パプリカ 人参 椎茸 ニラ	米 サラダ油 麺	356 Kcal
14	月	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草胡麻和え みそ汁	青りんごゼリー	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	356 Kcal
15	火	ご飯 チキンソテー 里芋の煮物 みそ汁	オレンジ	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	331 Kcal
16	水	ご飯 鯖の唐揚げ 野菜ゴマ酢和え みそ汁	はちやぐみ棒	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	366 Kcal
17	木	焼きうどん 厚揚げとインゲンの卵とじ みそ汁	バナナ	豚肉 厚揚げ 卵	人参 キャベツ ピーマン もやし 玉葱 ナス	麺 サラダ油	355 Kcal
18	金	ご飯 豚肉のカレー炒め さつま芋サラダ みそ汁	ぼたぼた焼き	豚肉	キャベツ 玉葱 ピーマン パプリカ 人参 胡瓜	米 さつま芋 サラダ油 マヨネーズ	392 Kcal
21	月	あんかけ焼きそば ジャーマンサラダ コンソメ汁	ちんすこう	豚肉 海老 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	麺 じゃが芋 ごま油 片栗粉 マヨネーズ	347 Kcal
22	火	ご飯 赤魚の照り煮 マーナーチャンブルー すまし汁	バナナ	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	324 Kcal
23	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	せんべい	鶏肉 豆腐	玉葱 人参 しょうが ニラ	米 サラダ油 ジャム	308 Kcal
24	木	ご飯 豚肉のトマト煮 菜の花の炒め物 みそ汁	オレンジ	豚肉 大豆	玉葱 人参 ピーマン 菜の花 パプリカ コーン	米 サラダ油 マーガリン	382 Kcal
25	金	カレーライス マカロニサラダ コンソメ汁	ビスケット	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	442 Kcal
28	月	ミートソーススパゲッティ ツナサラダ ワカメスープ	クラッカー	豚肉 チーズ ツナ	玉葱 人参 胡瓜 わかめ 椎茸 ねぎ	麺 オリーブ油 小麦粉 マヨネーズ ごま油	400 Kcal
30	水	ご飯 鶏肉の黒酢照焼き 里芋味噌だれ すまし汁	はちやぐみ棒	鶏肉	人参 いんげん しょうが ねぎ	米 里芋 サラダ油 グラニュー糖	297 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。

2025年

4 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保1

月		火		水		木		金		土	
		1日		2日		3日		4日		5日	
		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	クラッカー	おやつ	はちやぐみ棒	おやつ	ぼたぼた焼き	おやつ	オレンジ	おやつ	ちんすこう
7日		8日		9日		10日		11日		12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	せんべい	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	ぼたぼた焼き
14日		15日		16日		17日		18日		19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	青りんごゼリー	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	ぼたぼた焼き		
21日		22日		23日		24日		25日		26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	ちんすこう	おやつ	バナナ	おやつ	せんべい	おやつ	オレンジ	おやつ	ビスケット		
28日		29日		30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)		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	クラッカー			おやつ	はちやぐみ棒						

※食材等の都合により、献立を変更することがござ