

令和7年4月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃こども園予定献立表

ご入園ご進級

おめでとうございます。

～食べることを通じて、子どもたちの心と体の成長を応援します～

- ☆いっしょに食べると心もシアワセ
- ☆うすあじのススメ
- ☆おなかが「グ～！」でおいしい食事
- ☆心と体で季節を感じて
- ☆食べることに興味をもつ子どもに
- ☆安全でおいしい食事を

楽しい食事をするための3つのお願い

- ◆早寝早起きの習慣をつけましょう
- ◆朝ごはんをきちんと食べましょう
- ◆家庭の食事と内容が重ならないように献立表を参考にしてください



月	火	水	木	金	土
旬の食材 新じゃがいも たけのこ 春キャベツ いちご 新たまねぎ アスパラガス グリーンピース さやえんどう	1 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のごまみそあえ すまし汁(豆腐)	2 さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(ばち)	3 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ すまし汁(ふ)	4 すき焼き風煮 きゅうりの甘酢あえ 蒸しシューマイ	5 かやくうどん バナナ
	未満児(米) 〇油 〇さとう △いりごま	未満児(米) 〇さとう じゃがいも 〇油 ばち(乾)	未満児(米) 〇さとう ふ(乾)	未満児(米) ふ(乾) 〇糸こんにやく 〇油 〇さとう △いりごま	うどん(ゆで) 油
	△豚もも肉 絹ごし豆腐 〇みそ 〇かつわかめ(干)	さけ △豚ひき肉 〇油揚げ 〇みそ	△鶏もも肉 ちりめんじゃこ 〇削りかつお	△牛もも肉 △焼き豆腐	△鶏もも肉 ×ちくわ
×しょうが ほうれん草 にんじん たまねぎ △えのき茸 〇ねぎ	にんじん たまねぎ グリーンピース(冷) 〇ねぎ	たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー にんじん △えのき茸 〇ねぎ	はくさい たまねぎ にんじん 〇白ねぎ △えのき茸 きゅうり もやし ×シューマイ(冷)	たまねぎ にんじん △生しいたけ 〇白ねぎ バナナ	
7 磯うどん バナナ	8 焼きそば いちご	9 きつねうどん オレンジ	10 肉うどん バナナ	11 とり天 かりかりきゅうり かぼちゃのみそ汁	12 パン・ジュース・バナナ
うどん(ゆで) 〇油	中華めん(ゆで・焼きそば用) 〇油	うどん(ゆで) 〇さとう 〇油	うどん(ゆで) 〇油 〇さとう	未満児(米) 小麦粉 なたね油 〇油 △マヨネーズドレッシング	
△豚もも肉 〇かつわかめ(干)	△豚もも肉 〇青のり 〇削りかつお	〇油揚げ 〇かつわかめ(干) △鶏もも肉	△牛もも肉	〇ささみ ×ちくわ 〇みそ 木綿豆腐	
たまねぎ にんじん 〇ねぎ バナナ	にんじん たまねぎ キャベツ いちご	にんじん △えのき茸 〇ねぎ たまねぎ オレンジ	たまねぎ にんじん 〇ねぎ △しめじ バナナ	きゅうり かぼちゃ 〇ねぎ たまねぎ △えのき茸	
14 ポークビーンズ 三色野菜のおかか和え ちくわのいかだ焼き	15 チーズダッカルビ風 豆腐のスープ バナナ	16 カレーシチュー ツナサラダ コロケ オレンジゼリー	17 さわらの磯辺揚げ 春雨サラダ かき玉汁	18 ハンバーグ かぼちゃ煮 すまし汁(うどん)	19 イタリアンスパゲティ バナナ
未満児(米) 〇油 〇さとう 〇ごま油 △マヨネーズドレッシング	未満児(米) 〇さとう さつまいも	未満児(米) じゃがいも 〇さとう △マヨネーズドレッシング 〇油	未満児(米) 小麦粉 なたね油 〇油 はるさめ(乾) 〇さとう	未満児(米) パン粉(乾) 〇油 〇さとう 干しうどん(乾)	スパゲティ(乾) 〇油
△豚もも肉 〇大豆(水煮) 〇削りかつお ×ちくわ 〇青のり	△鶏もも肉 △とろけるチーズ 絹ごし豆腐	△牛もも肉 △ツナ缶(油漬) 粉寒天	△さわら 絹ごし豆腐 〇青のり 〇たまご	△豚ひき肉 〇たまご 〇牛乳 ×ちくわ	△豚ひき肉
たまねぎ にんじん 〇トマトピューレ パセリ(乾) キャベツ きゅうり	×しょうが ×にんにく たまねぎ にんじん キャベツ △しめじ パセリ(生) バナナ	たまねぎ にんじん グリーンピース(冷) ×ポテトコロケ(冷) オレンジジュース きゅうり だいこん	きゅうり にんじん 〇ねぎ たまねぎ △しめじ	にんじん 〇白ねぎ たまねぎ かぼちゃ	たまねぎ キャベツ にんじん △しめじ 〇ビーマン バナナ
21 豚肉の柔らか西京焼き風 キャベツののりあえ ばち汁	22 チキンチャップ ミモザサラダ 春野菜のスープ	23 ししやものマリネ ブロッコリーの昆布茶和え 豆乳チャウダー パウンドケーキ	24 かき揚げ ほうれん草とハムの和え物 みそ汁(大根)	25 誕生日会 炊き込みごはん(たけのこ) 豚肉と玉ねぎのみそ汁 ケーキ	26 パン・ジュース・バナナ
未満児(米) 〇油 △いりごま ばち(乾) 〇さとう	未満児(米) 〇油 〇さとう じゃがいも △マヨネーズドレッシング マカロニ(乾)	未満児(米) 小麦粉 なたね油 〇油 〇さとう 〇ごま油 じゃがいも ホットケーキミックス	未満児(米) 小麦粉 なたね油 〇油 △いりごま	米 〇油 〇さとう 〇こんにやく さつまいも	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>手作りおやつ</p> <p>16日 オレンジゼリー</p> <p>23日 パウンドケーキ</p> <p>30日 レモンドレーヌ</p> </div>
△豚ロース薄切り肉 ちりめんじゃこ 〇油揚げ 〇刻みのり 〇ヨーグルト(無糖) 〇みそ	△鶏もも肉 〇たまご △豚もも肉	〇ししやも △昆布茶 △鶏もも肉 〇豆乳(調整豆乳)	ちりめんじゃこ 〇もずく(生) 〇ロースハム 〇みそ 〇油揚げ	△鶏もも肉 △豚もも肉 〇みそ ×ちくわ	
たまねぎ キャベツ にんじん 〇ねぎ △干しいたけ	たまねぎ パセリ(生) にんじん きゅうり キャベツ	にんじん きゅうり たまねぎ ブロッコリー だいこん △しめじ	にんじん たまねぎ かぼちゃ ほうれん草 だいこん 〇ねぎ △えのき茸	にんじん ×たけのこ(水煮) たまねぎ 〇ねぎ △ごぼう	
28 マカロニのクリーム煮 コーンキャベツ オムレツ	29 昭和の日 	30 さばの竜田揚げ きゅうりの中華和え みそ汁(油揚げ) レモンドレーヌ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>園での食事</p> <p>※離乳食は個々の発育・発達に応じたものになります。</p> <p>1・2歳児 朝のおやつと昼食と午後のおやつで一日量の50%</p> <p>3～5歳児 昼食と午後のおやつで一日量の45%</p> <p>(主食は家庭より持参)</p> <p>※ 手作りおやつも提供しています。</p> <p>※一日量のパーセント(%)は、子どもの1日の食事における園での食事の割合を表しています。</p> </div>		
未満児(米) マカロニ(乾) 〇油		未満児(米) なたね油 〇油 △いりごま 〇ごま油 ホットケーキミックス 〇さとう			
△鶏もも肉 〇ベーコン		△さば 木綿豆腐 〇油揚げ 〇みそ 〇牛乳 〇たまご			
たまねぎ にんじん △しめじ キャベツ グリーンピース(冷) スイートコーン(粒・冷) ×オムレツ(冷)		×しょうが きゅうり にんじん たまねぎ 〇ねぎ レモン(果汁)			

※献立名の下3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。

※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・〇・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない

※ 手作りおやつは予定です。変更になる場合もあります。また仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。