

令和8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

食の面から子どもたちの成長をサポートできるよう、食育活動などの情報を発信していきます。園では、毎日の食事を通して子どもたちの食べる意欲を大切に、食べることを楽しんでほしいと考えています。食の体験を広げ望ましい食習慣を身につけられるようご家庭と一緒にがんばっていきたくと思っています。



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

月	火	水	木	金	土
旬の食材 アスパラガス、スナップエンドウ、 さやえんどう、たけのこ、春きゃべつ、 新たまねぎ、新じゃがいも、 グリーンピース、いちご	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(もずく)	3 すき焼き風煮 きゅうりともやしの甘酢あえ 蒸しシューマイ	4 イタリアンスパゲティー バナナ	
	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま	未満児(米) ○さとう じゃがいも ○油	未満児(米) ふ(乾) □糸こんにゃく ○油 ○さとう △いりごま	スパゲティー(乾) ○油	
	△豚もも肉 ○みそ 絹ごし豆腐	さけ △豚ひき肉 木綿豆腐 ○もずく(生) ○みそ	△牛もも肉 △焼き豆腐	△豚ひき肉	
	たまねぎ ×しょうが ほうれん草 にんじん △えのき茸 ○ねぎ	にんじん たまねぎ グリーンピース(冷) ○ねぎ	はくさい たまねぎ にんじん ○白ねぎ △えのき茸 きゅうり もやし ×シューマイ (冷)	たまねぎ キャベツ にんじん △しめじ ○ピーマン バナナ	
6 きつねうどん バナナ	7 焼きそば いちご	8 磯うどん オレンジ	9 肉うどん バナナ	10 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ みそ汁(大根)	11 ハンバーガー ジュース・バナナ
うどん(ゆで) ○さとう ○油	中華めん(ゆで・焼きそば用) ○油	うどん(ゆで) ○油	うどん(ゆで) ○油 ○さとう	未満児(米) ○さとう	月に一度、金曜日 におやつパンが あります。 今月は 17日 ジャムパン です
口油揚げ △鶏もも肉 ○かつわかめ(干)	△豚もも肉 ○削りかつお ○青のり	△豚もも肉 ○かつわかめ(干)	△牛もも肉	△鶏もも肉 ちりめんじゃこ ○削りかつお 口油揚げ ○みそ	
たまねぎ にんじん △えのき茸 ○ねぎ バナナ	にんじん たまねぎ キャベツ いちご	たまねぎ にんじん ○ねぎ オレンジ	×しょうが たまねぎ にんじん △しめじ ○ねぎ バナナ	たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー だいこん にんじん △えのき茸 ○白ねぎ	
13 マカロニのクリーム煮 コーンキャベツ オムレツ	14 チキンチャップ ミモザサラダ 春野菜のスープ	15 ししゃものマリネ キャベツののり和え 豆乳チャウダー パウンドケーキ	16 きすの磯辺揚げ 春雨サラダ かき玉汁	17 ハンバーグ かぼちゃ煮 みそ汁(麩)	
未満児(米) マカロニ(乾) ○油	未満児(米) ○油 ○さとう じゃがいも マカロニ(乾) △マヨネーズドレッシング	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 ○油 ○さとう △いりごま じゃがいも ホットケーキミックス	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 ○油 はるさめ(乾) ○さとう	未満児(米) パン粉(乾) ○油 ○さとう ふ(乾)	うどん(ゆで) 油
△鶏もも肉 ロベーコン	△鶏もも肉 ○たまご △豚もも肉	ロししゃも ちりめんじゃこ ○刻みのり △鶏もも肉 ○豆乳(調整豆乳)	きす ○青のり ○たまご 絹ごし豆腐	△豚ひき肉 ○たまご ○牛乳 ○かつわかめ(干) ○みそ	△鶏もも肉 ×ちくわ
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)	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 キャベツ だいこん △しめじ	きゅうり にんじん たまねぎ △しめじ ○ねぎ	たまねぎ にんじん かぼちゃ ○ねぎ	たまねぎ にんじん △生しいたけ ○白ねぎ バナナ
20 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	21 チーズダッカルビ風 豆腐のスープ バナナ	22 さばの竜田揚げ ほうれん草とハムの和え物 みそ汁(油揚げ) 野菜蒸しパン	23 かき揚げ かりかりきゅうり すまし汁(麩)	24 誕生日会 炊き込みごはん(たけのこ) みそ汁(豚肉、玉ねぎ) ケーキ	25 ホットドッグ ジュース・バナナ
未満児(米) ○油 ○さとう ○ごま油 △マヨネーズドレッシング	未満児(米) ○さとう さつまいも	未満児(米) かたくり粉 ○油 △いりごま ホットケーキミックス	未満児(米) 小麦粉 かたくり粉 ○油 △マヨネーズドレッシング ふ(乾)	米 □糸こんにゃく ○油 ○さとう さつまいも	楽しく食事をするための 3つのお願い
△豚もも肉 ○大豆(水煮) ○削りかつお ×ちくわ ○青のり	△鶏もも肉 △とろけるチーズ 絹ごし豆腐	△さば ロースハム 口油揚げ 木綿豆腐 ○みそ	ちりめんじゃこ ○もずく(生)	△鶏もも肉 △豚もも肉 ×ちくわ ○みそ	
たまねぎ にんじん パセリ(乾) ○トマトビュレ 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	×しょうが ほうれん草 にんじん ○ねぎ 野菜ジュース	にんじん たまねぎ かぼちゃ きゅうり △えのき茸 ○ねぎ	にんじん △ごぼう ×たけのこ(水煮) たまねぎ ○ねぎ	
27 カレーの塩焼き シルバーサラダ みそ汁(じゃがいも)	28 豚肉の柔らかく西京焼き風 ブロッコリーの昆布茶和え ばち汁	29 昭和の日	30 カレーシチュー ツナサラダ コロッケ オレンジゼリー	◆まずは早起き！それから早寝 ◆朝ごはんを食べて、元気に遊ぶ ◆昼食と夕食の内容が重ならないように 献立表を見る	
未満児(米) ○春雨 △マヨネーズドレッシング じゃがいも	未満児(米) ○油 ○さとう ○ごま油 ばち(乾)		未満児(米) じゃがいも △マヨネーズドレッシング ○油 ○さとう		
かえり □ロースハム 木綿豆腐 ○みそ	△豚ロース薄切り肉 ○ヨーグルト(無糖) ○みそ △昆布茶 口油揚げ		△牛もも肉 △ツナ缶(油漬) 粉寒天		
きゅうり にんじん スイートコーン(粒・冷) たまねぎ ○ねぎ	ブロッコリー にんじん たまねぎ △干しいたけ ○ねぎ		たまねぎ にんじん グリーンピース(冷) だいこん きゅうり ×ポテトコロッケ(冷) オレンジジュース		

※献立名の下の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・○・・・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
※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。
※🍷は手作りおやつ、最終金曜日はおやつパンです。予定ですので変更になる場合もあります。