



2025ねん しゅんめいほいくえん

日／曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				食食(乳児クラス)		栄養価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ		
4 18 (土)	ツナチャーハン じゃが芋の煮物 くだもの	じゃがいも、○マカロニ、 米、砂糖、油、	ツナ缶、○きな粉	みかん、ねぎ、にんじん、 コーン缶、にんにく	しょうゆ、酒、食塩、中華 だし	麦茶 マカロニきな粉 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	430 kcal 13.7 g 10.3 g 1.3 g
6 20 (月)	ケチャップライス 切り干し大根のツナマヨサラダ スープ	米、○小麦粉、じゃがいも、 油、○砂糖、ノンエッグマヨ	○牛乳、鶏肉、ツナ缶、○ きな粉	にんじん、たまねぎ、コー ン缶、きゅうり、切り干し 大根	かつお昆布だし、ケ チャップ、中濃ソース、 しょうゆ、食塩、洋風だ し、しょうゆ	牛乳 牛乳 ココアちゃんすこう	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	424 kcal 15.9 g 12.9 g 2 g
7 21 (火)	ロールパン ポークシチュー 白菜とベーコンのサラダ 牛乳	ロールパン、じゃがいも、 ○米、油、小麦粉、砂糖、 バター	牛乳、豚肉、ベーコン	はくさい、たまねぎ、にん じん、きゅうり、七草、ト マトピューレ	ケチャップ、中濃ソース、 酢 食塩、洋風だし	牛乳 (7日)七草かゆ 麦茶 (21日)お好み焼き風おにぎり 麦茶	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	561 kcal 17.7 g 29.4 g 2.4 g
8 22 (水)	ごはん ぶり大根 キャベツと油揚げのサラダ みそ汁	米、○小麦粉、油、○砂糖	○牛乳、ぶり、○卵、○ ヨーグルト、油揚げ、味 噌、かつお節	きゃべつ、大根、なめこ、 ごぼう、ねぎ、いんげん、 ごま、焼きのり、生姜、わ かめ	煮干しだし汁、しょうゆ、 酢、みりん、酒、食塩	牛乳 牛乳 ヨーグルト蒸しパン	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	520 kcal 22.2 g 19.5 g 2.2 g
9 23 (木)	和風ツナスパゲティ カレー風味サラダ スープ	○さつまいも、スパゲ ティ、油、砂糖、バター	○牛乳、ツナ缶、ベー コン、ハム	たまねぎ、もやし、きゃべ つ、きゅうり、エリンギ、 赤ピーマン、にんじん、焼 きのり	かつおだし汁、しょうゆ、 酢、酒、食塩、洋風だし、 カレー粉、パセリ粉	牛乳 牛乳 焼きいも	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	454 kcal 15.5 g 15.3 g 1.8 g
10 24 (金)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜とささみの梅和え 清汁 	米、砂糖、○麩	○牛乳、鮭、豆腐、鶏ささ み、○小豆、白みそ、赤み そ	小松菜、きゃべつ、もやし、 にんじん、しめじ、え のき、ピーマン、梅干し	かつお昆布だし汁、みり ん、しょうゆ、食塩、酒	牛乳 牛乳 (10日)お麩しるこ (24日)ヨーグルト・クラッカー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	404 kcal 15.5 g 15.3 g 1.8 g
11 25 (土)	けんちんうどん 煮豆 バナナ	ゆでうどん、○米、砂糖	鶏肉、いんげん豆、油揚 げ、○かつお節	バナナ、だいこん、にんじ ん、ねぎ	かつお昆布だし、しょう ゆ、みりん、食塩	麦茶 麦茶 おかかおにぎり	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	395 kcal 16 g 3.4 g 1.6 g
14 28 (火)	焼肉丼 チョレギサラダ スープ	○じゃがいも、米、春雨、 油、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉、○ベー コン	たまねぎ、きゃべつ、きゅ うり、にんじん、赤ピーマ ン、ピーマン、りんご、ね ぎ、ごま、にんにく、生 姜、わかめ	かつお昆布だし、しょう ゆ、酒、みりん、酢、食 塩、洋風だし、中華だし	牛乳 牛乳 ジャーマンポテト	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	534 kcal 16.7 g 27.7 g 2.1 g
15 29 (水)	ロールパン ポトフ ブロッコリーのマヨネーズ和え 牛乳	ロールパン、じゃがいも、 ○米、ノンエッグマヨ、 油、砂糖	牛乳、鶏肉、ウィンナー、 ○油揚げ	たまねぎ、きゃべつ、にん じん、ブロッコリー、しめ じ、コーン缶	かつおだし汁、しょうゆ、 食塩、洋風だし、酒、み りん	牛乳 麦茶 こぎつねおにぎり	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	485 kcal 22.1 g 18.1 g 2.8 g
16 30 (木)	冬野菜カレー しょうゆフレンチ くだもの	米、○食パン、里芋、小麦 粉、油、バター、砂糖	○牛乳、豚肉、ちくわ、 ○きな粉	みかん、たまねぎ、きゃべ つ、れんこん、小松菜、に んじん、ごぼう、まいた け、にんにく	しょうゆ、ケチャップ、中 濃ソース、酢、中華だし、 食塩、カレー粉	牛乳 牛乳 きな粉トースト	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	615 kcal 17.6 g 27.9 g 1.7 g
17 31 (金)	ごはん かじきの照り焼き 小松菜のごまよこし 鶏汁	米、○パイ皮、砂糖、油	○牛乳、かじき、鶏肉、ち くわ、みそ	小松菜、大根、にんじん、 ごぼう、もやし、ねぎ、ご ま	かつお昆布だし、しょう ゆ、酒、みりん	牛乳 牛乳 パルミエ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	528 kcal 22.3 g 18.3 g 2.3 g
27 (月)	クリームソースかけごはん フレンチサラダ スープ	米、小麦粉、油、バター、	牛乳、鶏肉、○卵、○ペ ーコン、○粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、はく さい、みかん缶、きゅう り、にんじん、マッシュ ルーム、○コーン缶	かつお昆布だし、酢、食 塩、洋風だし、しょうゆ	牛乳 牛乳 ケーキサレ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	540 kcal 20.6 g 24.6 g 1.8 g

☆土曜は飲用牛乳の提供はございません  
 ☆食食の果物は「みかん・りんご・バナナ」などを予定しています。  
 ☆乳児クラスは食食に牛乳を80ml飲みます。  
 ☆行事や食材の都合により献立を変更する場合があります。  
 ☆出来る限り国産で安全性の高い食材を使用しています。  
 ☆給食サンプルの展示は土曜日は行っていません。