

令和5年



4月の献立表(幼児食)



吹田市立保育園  
はぎのきこども園  
いずみ小規模園

日	朝のおやつ	主食	副食	使用食品				おやつ
1 土	牛乳 お菓子		かやくうどん 煮つけ	うどん 生しいたけ さつまいも	鶏肉 青ねぎ 三温糖	白菜 たまねぎ 人参	たまねぎ 人参 人参	牛乳 くだもの お菓子
3 月	お茶 お子様せんべい	ごはん	ビビンバ みそ汁	豚肉 太もやし 白ごとう さつまいも	濃口しょうゆ ほうれん草 たまねぎ	三温糖 人参 みそ	土生姜 ごま油 コーン缶(粒) 濃口しょうゆ けずり節	牛乳 りんご ソフトサラダ
4 火	牛乳 ベビーせんべい	ごはん	カレーライス お浸し	豚肉 カレールウ きゅうり	じゃがいも 油 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参	ピーマン	牛乳 オレンジゼリー *オレンジジュース100% 寒天(粉末) 白ごとう 水 ランチクラッカー
5 水	牛乳 ハイハイ	ソフトフランス	肉だんごのスープ お浸し	鶏ミンチ 人参 ブロッコリー	たまねぎ 生しいたけ 濃口しょうゆ	片栗粉 はるさめ けずり節	白菜 たまねぎ 薄口しょうゆ	牛乳 ツナおにぎり 精白米 ツナフレーク 濃口しょうゆ
6 木	牛乳 りんご	ごはん	鮭の照焼 切干大根のいり煮 みそ汁	生さけ 切干大根 けずり節 おつゆふ	三温糖 人参 油 キャベツ	濃口しょうゆ 平天 みそ けずり節	みりん 三温糖 濃口しょうゆ	牛乳 いちごジャム蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー いちごジャム 白ごとう 油 水
7 金	牛乳 ハイハイ(野菜)	コッペパン	鶏肉のから揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	鶏もも肉 小松菜 豆腐	塩・こしょう 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 三温糖 しめじ	片栗粉 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 オレンジ ぼたぼた焼
8 土	牛乳 お菓子		五目ラーメン 煮つけ	中華そば 太もやし 薄口しょうゆ 南瓜	豚肉 青ねぎ 三温糖	キャベツ 丸鶏がらスープ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参 ごま油 だし昆布	牛乳 くだもの お菓子
10 月	牛乳 ハイハイ	ロールパン	マカロニグラタン風煮 バター 春キャベツのサラダ	サラダマカロニ 小麦粉 塩・こしょう 春キャベツ 白ごとう	鶏肉 小麦粉 牛乳 きゅうり 塩	たまねぎ 人参 みかん缶 酢 油	しめじ 油	牛乳 りんごゼリー *りんごジュース100% 寒天(粉末) 白ごとう 水 サラダうす焼
11 火	牛乳 オレンジ	ごはん	肉じゃが みそ汁	豚肉 三温糖 青梗菜	じゃがいも 濃口しょうゆ うす揚	たまねぎ けずり節 みそ	人参 油 けずり節	牛乳 ショートビスケット 小麦粉 バター 白ごとう
12 水	牛乳 ルヴァンクランシカル	ごはん	鯖のみそ煮 お浸し 清汁	生さば 白菜 おつゆふ	みそ 人参 たまねぎ	三温糖 濃口しょうゆ わかめ	けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 りんご ぼんち揚
13 木	牛乳 ハイハイ(野菜)	ごはん	豚汁 煮つけ	豚肉 青ねぎ 南瓜	大根 みそ 三温糖	人参 けずり節 濃口しょうゆ	こんにゃく うす揚 けずり節	牛乳 蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 白ごとう 水 油
14 金	牛乳 ベビーせんべい	食パン	魚の香味焼き お浸し レタスのスープ	キングフィレ パセリ グリーンアスパラ レタス	塩・こしょう 濃口しょうゆ たまねぎ	ウスターソース マヨドレ 人参	パン粉 薄口しょうゆ	牛乳 オレンジ ソフトサラダ
15 土	牛乳 お菓子		かやくうどん 煮つけ	うどん 生しいたけ さつまいも	鶏肉 青ねぎ 三温糖	白菜 たまねぎ 人参	たまねぎ 薄口しょうゆ けずり節	牛乳 くだもの お菓子
17 月	牛乳 ベビーせんべい	ごはん	カレーライス お浸し	豚肉 カレールウ きゅうり	じゃがいも 油 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参	ピーマン	牛乳 オレンジゼリー *オレンジジュース100% 寒天(粉末) 白ごとう 水 ランチクラッカー





日	朝のおやつ	主食	副食	使用食品					おやつ
18 火	牛乳 ハイハイ	ソフフランス	肉だんごのスープ お浸し	鶏ミンチ 人参 ブロッコリー	たまねぎ 生しいたけ 濃口しょうゆ	片栗粉 はるさめ	白菜 けずり節	たまねぎ 薄口しょうゆ	牛乳 ツナおにぎり 精白米 ツナフレーク 濃口しょうゆ
19 水	牛乳 りんご	ごはん	鮭の照焼 切干大根のいり煮 みそ汁	生さけ 切干大根 けずり節 おつゆふ	三温糖 人参 油 キャベツ	濃口しょうゆ 平天	みりん 三温糖	濃口しょうゆ けずり節	牛乳 いちごジャム蒸しパン 小麦粉 白ごとう ベ-キングバグ- 油 いちごジャム 水
20 木	牛乳 ハイハイ(野菜)	コッペパン	鶏肉のから揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	鶏もも肉 小松菜 豆腐	塩・こしょう 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 三温糖 しめじ	片栗粉 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	油 油 油	牛乳 オレンジ ぼたぼた焼
21 金	牛乳 お子様せんべい	ごはん	ビビンバ みそ汁	豚肉 太もやし 白ごとう さつまいも	濃口しょうゆ ほうれん草 たまねぎ	三温糖 人参 みそ	土生姜 コーン缶(粒) 濃口しょうゆ けずり節	ごま油 濃口しょうゆ	牛乳 ラスク 食パン バター 白ごとう
22 土	牛乳 お菓子		五目ラーメン 煮つけ	中華そば 太もやし 薄口しょうゆ 南瓜	豚肉 青ねぎ 三温糖	キャベツ 丸鶏がらスープ 濃口しょうゆ	たまねぎ 塩・こしょう だし昆布	人参 ごま油	牛乳 くだもの お菓子
24 月	牛乳 ハイハイ	ロールパン	マカロニグラタン風煮 春キャベツのサラダ	サラダマカロニ バター 塩・こしょう 春キャベツ 白ごとう	鶏肉 小麦粉 きゅうり 塩	たまねぎ 牛乳 みかん缶 酢	人参 コンソメ 油	しめじ 油	牛乳 りんごゼリー りんごジュース100% 水 サラダうす焼 寒天(粉末) 白ごとう
25 火	牛乳 オレンジ	ごはん	肉じゃが みそ汁	豚肉 三温糖 青梗菜	じゃがいも 濃口しょうゆ うす揚	たまねぎ けずり節 みそ	人参 油 けずり節	糸こんにゃく	牛乳 ショートビスケット 小麦粉 バター 白ごとう
26 水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん	鯖のみそ煮 お浸し 清汁	生さば 白菜 おつゆふ	みそ 人参 たまねぎ	三温糖 濃口しょうゆ わかめ	けずり節 薄口しょうゆ	薄口しょうゆ	牛乳 りんご <3~5歳クラス> かしわもち <1~2歳クラス> ぼんち揚
27 木	牛乳 ハイハイ(野菜)	ごはん	豚汁 煮つけ	豚肉 青ねぎ 南瓜	大根 みそ 三温糖	人参 けずり節 濃口しょうゆ	こんにゃく けずり節	うす揚	牛乳 蒸しパン 小麦粉 水 ベ-キングバグ- 油 白ごとう
28 金	牛乳 お子様せんべい	人参パン	鶏肉のマヨカレー焼 きゅうりとコーンのお浸し レタスのスープ	鶏もも肉 きゅうり レタス	塩・こしょう コーン缶(粒) たまねぎ	片栗粉 濃口しょうゆ 人参	カレー粉末 マヨドレ けずり節 薄口しょうゆ	牛乳 バターケーキ 小麦粉 卵 牛乳 ベ-キングバグ- 油 バター 白ごとう	



- ◇ 献立内容は予定ですので、変更になることがあります。
- ◇ 初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。

【園での一人あたりの栄養量(3~5歳児)】

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg
目 標 量	561	18.2~28.0	12.5~18.7	260
4月の平均栄養量	576	21	18.3	264

