予　定　献　立　表

2022年4月分　　5～6ヵ月

月	火	水	木	金	土
～ご入園、おめでとうございます～ 春の暖かな日ざしの中、新しい環境での生活が始まりました。元気いっぱい、楽しく過ごしてほしいと思います。 離乳食は、お子さんの様子を見ながら、無理なく進めていきましょう。 				1 全がゆ(10倍がゆ) 魚の野菜煮 入園式 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ	2 全がゆ(10倍がゆ) 魚のトロトロ 野菜ペースト 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,にんじん,たまねぎ
4 全がゆ(10倍がゆ) ｼﾗｽと人参のトロトロ ほうれん草のペースト 【赤】しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん,ほうれんそう・葉	5 全がゆ(10倍がゆ) 冬瓜と人参のすり流し汁 小松菜と麸のトロトロ 【赤】 【黄】全かゆ,ふ 【緑】とうがん,にんじん,こまつな	6 全がゆ(10倍がゆ) 魚と大根のトロトロ 人参ペースト 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】大根・根-生,大根・葉-生,にんじん	7 全がゆ(10倍がゆ)ﾄﾏﾄ 豆腐とﾌﾞﾛｯｺﾘｰのトロトロ 人参ペースト 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】ﾄﾏﾄ,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ-生,にんじん	8 全がゆ(10倍がゆ)ｷｬﾍﾞﾂ 豆腐の裏ごし じゃがいもと人参のペースト 【赤】豆腐 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】キャベツ,にんじん	9 全がゆ(10倍がゆ) 野菜煮 【赤】 【黄】全かゆ 【緑】ほうれん草,たまねぎ,にんじん
11 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐と人参煮 さつまいもペースト 白菜のすりつぶし 【赤】豆腐 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】にんじん,はくさい-生	12 全がゆ(10倍がゆ) 魚のくず煮 野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】大根,たまねぎ,にんじん,ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ	13 全がゆ(10倍がゆ) 玉ねぎのﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 豆腐の人参煮 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,にんじん	14 全がゆ(10倍がゆ) かぼちゃペースト 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ,はくさい-生,にんじん	15 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐のくずし煮 小松菜のすりつぶし 人参のペースト 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,にんじん	16 全がゆ(10倍がゆ) 小松菜のペースト 魚のもみじ煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,にんじん
18 全がゆ(10倍がゆ) 魚のすり流し汁 じゃがいもペースト 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】とうがん	19 全がゆ(10倍がゆ) 小松菜のペースト 食育の日 魚のおろし煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,大根,にんじん	20 全がゆ(10倍がゆ) 玉ねぎのﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ-生,ﾄﾏﾄ	21 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の裏ごし 野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,はくさい-生,にんじん	22 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐のしらすあん 人参ペースト さつまいもペースト 【赤】豆腐,しらす 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】にんじん	23 全がゆ(10倍)ﾄﾏﾄ 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】ﾄﾏﾄ,はくさい-生,にんじん,たまねぎ
25 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の裏ごし 野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】キャベツ,たまねぎ,にんじん	26 全がゆ(10倍がゆ) 魚のもみじ煮 誕生日会 じゃがいもペースト 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】にんじん	27 全がゆ(10倍がゆ) かぼちゃペースト 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ,キャベツ,にんじん	28 全がゆ(10倍がゆ) 豆腐の人参煮 かぼちゃとじゃが芋のペースト 【赤】豆腐 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】にんじん,かぼちゃ	29 **昭和の日** **（休園）** 	30 全がゆ(10倍がゆ)青菜 豆腐の裏ごし 野菜のトロトロ 【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】こまつな,キャベツ,たまねぎ,にんじん

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

≪アレルゲン食品表示を規定されている食品≫

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

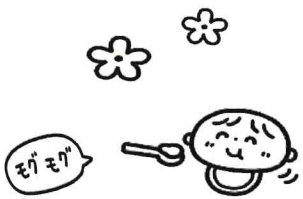
★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生

≪はちみつ・黒糖は乳児ボツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう≫

予　定　献　立　表

2022年4月分

7～8ヵ月

月	火	水	木	金	土
～ご入園、おめでとうございます～ 春の暖かな日ざしの中、新しい環境での生活が始まりました。元気いっぱい、楽しく過ごしてほしいと思います。 離乳食は、お子さんの様子を見ながら、無理なく進めていきましょう。 				1 入園式 全がゆ（7倍がゆ） 白身魚の野菜煮 バナナ（煮） 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,バナナ おじや（シラス）	2 全がゆ（7倍がゆ） 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,調製粉乳 【黄】全かゆ,精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,きゅうり,こまつな ミルクがゆ
4 全がゆ（7倍がゆ） マーボー豆腐 スープ(ほうれん草) 【赤】沖縄豆腐,鶏ひき肉,調製粉乳 【黄】全かゆ,オートミール 【緑】たまねぎ,にんじん,ほうれんそう・葉 オートミール粥	5 全がゆ（7倍がゆ） スープ(小松菜) 鮭のあんかけ 冬瓜の煮物 【赤】しろさけ,しらす 【黄】全かゆ,精白米 【緑】こまつな,とうがん,にんじん 全がゆ（きなこ）	6 全がゆ（7倍がゆ） スープ（大根） 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】大根・根−生,キャベツ,にんじん,バナナ バナナ（煮）	7 リゾット（ささみ,トマト） かちゅーゆー 【赤】若鶏・ささ身,しらす 【黄】全かゆ,精白米 【緑】たまねぎ,トマト,ブロッコリー−生,にんじん,コーン しらすがゆ	8 全がゆ（7倍がゆ） ゆし豆腐 じゃが芋のだし煮 【赤】ゆし豆腐,調製粉乳 【黄】全かゆ,じゃが芋,食パン 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ パンがゆ	9 ボロボロジューシー バナナ 【赤】キングクリップ, 【黄】全かゆ,じゃがいも 【緑】ほうれん草,にんじん,バナナ マッシュポテト
11 全がゆ（7倍がゆ） スープ(白菜,大根) 豆腐のそぼろ煮 さつま芋マッシュ 【赤】豆腐,鶏ひき肉 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】はくさい−生,大根,にんじん,ピーマン 全がゆ	12 全がゆ（7倍がゆ） スープ(大根) 白身魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,鶏ひき肉 【黄】全かゆ,精白米 【緑】大根,チンゲンサイ,たまねぎ,にんじん 紅白がゆ	13 全がゆ（7倍がゆ） そうめん汁 野菜煮 【赤】若鶏・ささ身 【黄】全かゆ,そうめん,精白米,パン 【緑】からしな,たまねぎ,にんじん,りんご パンがゆ	14 全がゆ（7倍がゆ） スープ（白菜） 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,食パン 【緑】かぼちゃ−生,はくさい−生,にんじん,りんご 全がゆ（シラス）	15 全がゆ（7倍がゆ） スープ(小松菜) 豆腐の野菜煮 【赤】豆腐 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】こまつな,たまねぎ,にんじん,きゅうり さつま芋マッシュ	16 全がゆ（7倍がゆ） みそ汁(山東菜,ふ) 魚のおろし煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,じゃがいも,精白米 【緑】さんとうさい,きゅうり,にんじん マッシュポテト
18 全がゆ（7倍がゆ） みそ汁（冬瓜,山東菜） 魚の野菜あん じゃがいもマッシュ 【赤】キングクリップ,調製粉乳 【黄】全かゆ,じゃが芋,オートミール 【緑】とうがん,さんとうさい,たまねぎ,ピーマン,黄ピーマン−生 オートミール粥	19 食育の日 全がゆ（7倍がゆ） スープ（小松菜） 魚のおろし煮 【赤】キングクリップ,鶏ひき肉 【黄】全かゆ,精白米,バター 【緑】こまつな,大根,にんじん,たまねぎ,コーン,グリーンピース 洋風がゆ	20 全がゆ（7倍がゆ） スープ(チンゲン菜) 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,しらす 【黄】全かゆ,コーンフレーク 【緑】チンゲンサイ,ブロッコリー−生,トマト,たまねぎ しらすがゆ	21 全がゆ（7倍がゆ） スープ(冬瓜) 鶏肉と野菜の煮物 【赤】鶏ひき肉 【黄】全かゆ,精白米,そうめん 【緑】とうがん,たまねぎ,はくさい−生,にんじん そうめん汁	22 全がゆ（7倍がゆ） 鶏ひき肉と野菜の煮物 【赤】鶏ひき肉,調製粉乳,しらす 【黄】全かゆ,さつま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ 全がゆ（人参）	23 全がゆ（7倍）トマト かちゅーゆー 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ,そうめん 【緑】トマト,はくさい−生,にんじん,たまねぎ マッシュポテト
25 全がゆ（7倍がゆ） スープ（大根） 魚の野菜煮 バナナ（煮） 【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】大根,キャベツ,たまねぎ,にんじん,バナナ 全がゆ	26 誕生日会 全がゆ（7倍がゆ） スープ（からし菜,じゃが芋） 魚のもみじ煮 【赤】キングクリップ,豆腐,調製粉乳 【黄】全かゆ,じゃが芋,そうめん 【緑】からしな,にんじん ミルクがゆ	27 全がゆ（7倍がゆ） スープ(かぼちゃ,玉ねぎ) 魚の野菜煮 【赤】キングクリップ,若鶏・ささ身 【黄】全かゆ,精白米 【緑】かぼちゃ−生,たまねぎ,キャベツ,にんじん 全がゆ（ささ身）	28 全がゆ（7倍がゆ） スープ(チンゲン菜,絹ごし) 鶏ひき肉の野菜煮 【赤】豆腐,鶏ひき肉,しらす 【黄】全かゆ,じゃが芋 【緑】チンゲンサイ,かぼちゃ−生,にんじん 全がゆ（しらす）	29 昭和の日 （休園） 	30 混ぜおかゆ～軟飯（混ぜ） スープ（青菜・絹ごし） 【赤】鶏ひき肉,豆腐,しらす 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ,キャベツ,にんじん,こまつな,コーン,バナナ バナナ

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

≪アレルゲン食品表示を規定されている食品≫

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生

≪はちみつ・黒糖は乳児ボツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう≫

予　定　献　立　表

2022年4月分

月	火	水	木	金	土
～ご入園、ご進級おめでとうございます～ 春の暖かな日ざしの中、新しい環境での生活がスタートしました。 健やかな成長には「早寝・早起き・朝ごはん、そして運動」のリズムがとても大切です。 朝ごはんをしっかり食べて元気いっぱい遊べる生活リズムを作っていきましょう。				1 入園進級式 カレーライス（ポーク） おからサラダ バナナ 【赤】豚かた肉,牛乳,おから 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,マヨドレ,かりんとう 【緑】たまねぎ,にんじん,キャベツ,きゅうり,ｺｰﾝ,バナナ 牛乳　かりんとう	2 ご飯 ポークビーンズ ワカメときゅうりの和え物 オレンジ 【赤】大豆,豚ひき肉,牛乳 【黄】精白米 【緑】たまねぎ,にんじん,さやいんげん,きゅうり,わかめ 牛乳　せんべい
4 あわご飯 マーボー豆腐 ナムル（春雨） みそ汁（キャベツ,えのき） プルーン 【赤】沖縄豆腐,豚ひき肉,豚ﾚﾊﾞｰ,牛乳,卵 【黄】精白米,あわ,きび砂糖,ごま油,はるさめ,米粉,油,オートミール,小麦粉,バター 【緑】にんじん,しいたけ,たまねぎ,にんにく,しょうが,ニラ,ほうれんそう,きゅうり,プルーン 牛乳　オートミールクッキー	5 麦ご飯 すまし汁（小松菜,しめじ） 鮭のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 いちご 【赤】さけ,鶏・もも,牛乳, 【黄】精白米,おし麦,ごま,黒砂糖,ごま油,油,タピオカ粉 【緑】こまつな,しめじ,とうがん,にんじん,さやいんげん,いちご 牛乳　黒糖くずもち	6 玄米ご飯 みそ汁（大根） チキンマーマレード焼 野菜炒め（もやし,ひじき） バナナ 【赤】鶏・もも,豚かた,ﾁｰｽﾞ 【黄】精白米,おし麦,はちみつ,油 【緑】大根,大根・葉,にんにく,にんじん,キャベツ,りょくとうもやし,ひじき,ﾊﾞﾅﾅ 麦茶　おかかチーズおにぎり	7 スパゲティナポリタン アーサ汁 コールスローサラダ りんご 【赤】豚かた,ﾁｰｽﾞ,豆腐,しらす,ﾁｰｽﾞ 【黄】スパゲティ麺,ｵﾘｰﾌﾞ油,油,精白米,ごま,マヨドレ 【緑】にんじん,たまねぎ,ﾄﾏﾄ,ﾋﾟｰﾏﾝ,あおさ,キャベツ,ｺｰﾝ,りんご,にんじん,ひじき 麦茶　じゃこひじきおにぎり　チーズ（鉄分）	8 麦ご飯 ゆし豆腐 肉じゃが キャベツサラダ 【赤】ゆし豆腐,牛・かたﾛｰｽ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,じゃが芋,こんにゃく,パン 【緑】ﾈｷﾞ,たまねぎ,にんじん,グリーンピース,キャベツ,みかん 牛乳　紅芋パン	9 ボロボロジューシー ウインナー ゆで卵 バナナ 【赤】豚かた,ウインナー,鶏卵,牛乳 【黄】精白米,せんべい 【緑】人参,ほうれん草,バナナ 牛乳　せんべい
11 ふりかけご飯 みそ汁（白菜,大根,しいたけ） 生揚げのそぼろ煮（春雨） さつま芋の甘煮 プルーン 【赤】豚ひき肉,生揚げ 【黄】精白米,おし麦,油,はるさめ,さつま芋 【緑】はくさい,大根,しいたけ,にんじん,さやいんげん,わかめ,プルーン 麦茶　梅わかめおにぎり	12 玄米ご飯 すまし汁（大根,わかめ,ねぎ） 鯖の味噌煮 野菜炒め（青菜） オレンジ 【赤】さば,豚かた 【黄】精白米,玄米,三温糖,油 【緑】大根,ﾜｶﾒ,ﾈｷﾞ,しょうが,たまねぎ,チンゲンサイ,にんじん,りょくとうもやし,オレンジ,昆布 麦茶　クファジューシーおにぎり	13 麦ごはん（油みそ） そうめん汁 からし菜チャンプルー りんご 【赤】ツナ缶,沖縄豆腐,豚かた,牛乳 【黄】精白米,きび砂糖,油,そうめん,食パン,押し麦 【緑】しいたけ,ﾈｷﾞ,からしな,にんじん,たまねぎ,りんご 牛乳　ジャムサンド	14 黒米ご飯 みそ汁（かぼちゃ,油揚げ） ミートローフ スパゲティサラダ パイン缶 【赤】油揚げ,豚ひき肉,牛乳,マグロ缶詰 【黄】精白米,黒米,油,薄力粉,スパゲティ麺 【緑】かぼちゃ,ﾈｷﾞ,しょうが,干しぶどう,きゅうり,にんじん,パインアップル・缶 牛乳　お好み焼き	15 チキンピラフ すまし汁（絹ごし,小松菜） スティックきゅうり バナナ 【赤】鶏・もも,豆腐,まぐろ・缶詰,牛乳 【黄】精白米,油,マヨドレ,さつま芋 【緑】たまねぎ,にんじん,グリーンピース,にんにく,こまつな,きゅうり,バナナ 牛乳　焼き芋　せんべい	16 もずく丼 みそ汁（ワカメ,ふ） オレンジ 【赤】豚ひき肉,鶏卵,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,焼きふ,ビスコ 【緑】沖縄もずく,にんじん,にんにく,ﾋﾟｰﾏﾝ,赤ピーマン,ワカメ 牛乳　ビスコ
18 黒米ご飯 みそ汁（冬瓜,山東菜） 豚肉のケチャップ煮 粉ふきいも（青のり） パイン缶 【赤】豚かた,牛乳,鶏卵 【黄】精白米,あわ,油,薄力粉,粉黒糖 【緑】とうがん,さんとうさい,たまねぎ,ﾋﾟｰﾏﾝ,黄ピーマン,あおのり,パイン缶 牛乳　黒糖てんぷら	19 食育の日 玄米ご飯 みそ汁（小松菜,えのき） トンカツ デークニーイリチー オレンジ 【赤】きはだまぐろ,豚かた,鶏肉 【黄】精白米,玄米,薄力粉,パン粉,油,バター 【緑】こまつな,えのき,大根,にんじん,さやいんげん,オレンジ,たまねぎ,ｺｰﾝ,グリーンピース 麦茶　ジャワライス	20 ゆかりご飯 みそ汁（チンゲン菜,しめじ） 魚フライタルタルソース ミニトマト バナナ 【赤】鶏ひき肉,まぐろ・缶詰,牛乳 【黄】精白米,あわ,パン粉,油,三温糖,ごま,スパゲティ麺,そうめん 【緑】とうがん,きょうな,たまねぎ,はくさい,にんじん,ニラ,りんご 麦茶　鮭おにぎり	21 あわご飯 すまし汁（冬瓜,水菜） 松風焼き マカロニサラダ りんご 【赤】油揚げ,豚ひき肉,牛乳,マグロ缶詰 【黄】精白米,黒米,油,薄力粉,スパゲティ麺 【緑】かぼちゃ,ﾈｷﾞ,しょうが,干しぶどう,きゅうり,にんじん,パインアップル・缶 牛乳　そうめんチャンプルー	22 カレーライス モズク酢 チーズ（鉄分） 【赤】豚かた,マグロ缶詰,チーズ 【黄】精白米,おし麦,さつま芋,マヨドレ 【緑】たまねぎ,にんじん,れんこん,しょうが,にんにく,沖縄もずく,きゅうり,みかん,キャベツ,味付けのり 麦茶　ツナマヨおにぎり	23 親子丼 みそ汁（白菜,ﾄﾏﾄ） りんご 【赤】鶏肉,鶏卵,牛乳 【黄】精白米,おし麦,油,はちゃ棒 【緑】にんじん,たまねぎ,ﾋﾟｰﾏﾝ,根深ねぎ,もやし,ﾜｶﾒ,りんご 牛乳　はちゃ棒
25 納豆ごはん イナムドチ タマナーチャンプルー バナナ 【赤】納豆,豚かた,ｶﾏﾎﾞｺ,沖縄豆腐 【黄】精白米,おし麦,こんにゃく,油 【緑】大根,しいたけ,キャベツ,にんじん,たまねぎ,ニラ,バナナ,昆布 麦茶　塩昆布おにぎり	26 誕生日会 麦ご飯 みそ汁（ワカメ,じゃが芋） 鯖のカレー焼き 人参シリシリ ヨーグルト 【赤】さば,マグロ缶詰,牛乳,ヨーグルト 【黄】精白米,おし麦,じゃが芋,ごま油,ケーキ 【緑】からしな,にんじん,ﾈｷﾞ,バナナ,たまねぎ,ニラ 牛乳　誕生会ケーキ	27 黒米ご飯 みそ汁（かぼちゃ,玉ねぎ） 豚肉の生姜焼き コールスローサラダ オレンジ 【赤】豚かた,まぐろ・缶詰 【黄】精白米,黒米,三温糖 【緑】かぼちゃ,たまねぎ,ﾈｷﾞ,コーン,キャベツ,にんじん,りょくとうもやし,ﾋﾟｰﾏﾝ,オレンジ,味付けのり 麦茶　みそおにぎり	28 竹の子ご飯 みそ汁（チンゲン菜,絹ごし） 鮭の塩麹焼き かぼちゃ含め煮 りんご 【赤】鶏ひき肉,豆腐,さけ,牛乳 【黄】精白米,おし麦,コーンフレーク 【緑】たけのこ,にんじん,チンゲンサイ,かぼちゃ,きゅうり,りんご,干しぶどう 牛乳　コーンフレーク	29 昭和の日 （休園） 	30 沖縄そば バナナ 【赤】豚かた,牛乳,かまぼこ,鶏卵 【黄】沖縄そば,せんべい 【緑】ネギ,バナナ 牛乳　せんべい

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

≪アレルゲン食品表示を規定されている食品≫

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生