

2024年4月給食だより

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	ソフトサラダ お茶	鶏肉の照焼 さつま芋煮 ブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが ブロッコリー・コーン・人参 わかめ	油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産) おつゆ	醤油・本みりん 本みりん 酢・塩 だし	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
2	火	クラッカー お茶	豚肉の生姜炒め ほうれん草のごま和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが ほうれん草・キャベツ 青ねぎ りんご(缶詰)	油・砂糖 白ごま 米(国産)・押麦 じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	野菜パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース 牛乳
3	水	白い風船ミルククリーム お茶	スパゲティナポリタン マセドアンサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ウインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参・コーン ほうれん草・大根 バナナ	スパゲティ・油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・塩 塩 コンソメ	しらすおにぎり お茶	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 麦茶
4	木	五穀ビスケット お茶	カレーライス コーンサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・黄桃(缶詰) コーン・人参・キャベツ ほうれん草・もやし 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	豆腐のふんわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 牛乳
5	金	クラッカー お茶	白身魚の竜田揚げ 花野菜のマヨ和え ごはん 味噌汁 フルーツ(ハイン缶)	たら	しょうが カリフラワー・ブロッコリー・人参 小松菜・白菜 ハイン(缶詰)	砂糖・でん粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ	醤油・料理酒 だし	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 牛乳
6	土	ソフトサラダ お茶	野菜そぼろ丼 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・しょうが・さやいんげん キャベツ・大根 みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖	醤油・本みりん だし		
8	月	星っこ お茶	白身魚の煮付け ビーフソテー ほうれん草とキャベツの和え物 ごはん 味噌汁	たら かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	砂糖 ビーフン・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒・だし 醤油・鶏がらスープ 醤油・本みりん だし	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース 牛乳
9	火	豆花クッキー お茶	五目うどん 青のりボテト もやしのおかか和え フルーツ(バナナ)	鶏肉・油揚げ かつお節	人参・小松菜・大根・だし昆布 あおさのり もやし・きゅうり・人参 バナナ	うどん じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん 塩 醤油・本みりん・だし	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
10	水	白い風船ミルククリーム お茶	豚肉のチャブチェ かぼちゃの甘煮 ごはん 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ 小松菜・キャベツ・人参 りんご(缶詰)	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ピザトースト ジョア(マスカット)	食パン・トマトケチャップ・コーン ピーマン・玉ねぎ・チーズ ジョアマスカット(鉄・葉酸)
11	木	ソフトサラダ お茶	鶏肉のバーベキューソース マカロニソテー コールスローサラダ ごはん スープ	鶏肉	人参 キャベツ・きゅうり・人参 白菜・玉ねぎ・しめじ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 マカロニ・油 油・砂糖 米(国産)	塩・料理用赤ワイン・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ コンソメ 塩・醤油・酢 コンソメ	パイパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしハイン 牛乳
12	金	クラッカー お茶	サケの塩焼 じゃが芋の金平 小松菜のごま和え ごはん ずまし汁	ピンクサーモン さつま揚げ 豆腐	人参 小松菜・コーン・もやし 青ねぎ・わかめ	じゃが芋・調合ごま油・砂糖 白ごま 米(国産)	塩 醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	豆乳きなこかん 牛乳	寒天・豆乳 砂糖・きな粉 牛乳
13	土	星っこ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・調合ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
15	月	白い風船ミルククリーム お茶	コロッケ 切干大根サラダ ひじきのふりかけごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	ツナフレーク かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 ひじき 小松菜・白菜 みかん(缶詰)	牛肉コロッケ・油 砂糖・調合ごま油 米(国産)・砂糖	中濃ソース 醤油・酢・本みりん 醤油 だし	焼きそば お茶	焼きそば用麺・人参・キャベツ・油 焼きそばソース(粉)・かつお節・あおさのり 麦茶
16	火	ソフトサラダ お茶	塩ラーメン 蒸しさつま芋 ほうれん草の磯辺和え フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく ほうれん草・人参・のり バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋 砂糖	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
17	水	クラッカー お茶	ハンバーグデミグラスソース 人参グラッセ キャベツサラダ ごはん スープ	ハンバーグ	玉ねぎ・トマトピューレ 人参 キャベツ・きゅうり・コーン しめじ・大根・白菜	油 砂糖・バター マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	料理用赤ワイン・本みりん・デミグラスソース・トマトケチャップ 塩 コンソメ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
18	木	豆花クッキー お茶	白身魚の味噌焼 オクラの納豆和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(ハイン缶)	たら・白みそ 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・きゅうり・人参 大根・人参・わかめ ハイン(缶詰)	砂糖・油 米(国産)・押麦	本みりん・料理酒 醤油 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
19	金	五穀ビスケット お茶	鶏肉の塩こうじ焼 じゃが芋のマヨ焼 小松菜のおかか和え ごはん 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ・人参 白菜・かぼちゃ・玉ねぎ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 米(国産)	塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし	フルーツヨーグルト ぶどうジュース	バナナ・みかん(缶詰)・白桃(缶詰) ヨーグルト・砂糖 ぶどうジュース
20	土	星っこ お茶	スタミナ焼肉丼 味噌汁 型抜きチーズ	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ チーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・黄ピーマン わかめ	米(国産)・油・砂糖	焼肉のたれ だし		
22	月	五穀ビスケット お茶	白身魚のタルタル焼 焼かぼちゃ アスパラのサラダ ごはん 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ かぼちゃ グリーンアスパラガス・きゅうり・人参 小松菜	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 油・砂糖 米(国産) おつゆ	塩 塩 醤油・酢 だし	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 牛乳
23	火	白い風船ミルククリーム お茶	カレー風味の鶏のから揚げ 花野菜サラダ ごはん スープ フルーツ(りんご缶)	鶏肉	にんにく カリフラワー・ブロッコリー・コーン 白菜・チンゲン菜・人参 りんご(缶詰)	でん粉・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩・カレーパウダー 酢・塩・醤油 コンソメ	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
24	水	クラッカー お茶	焼豚チャーハン 三色ナムル 中華スープ ぶどうゼリー	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン もやし・小松菜・人参・にんにく 大根・さやえんどう 寒天・ぶどうジュース	米(国産)・調合ごま油 白ごま・砂糖・調合ごま油 砂糖	鶏がらスープ・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
25	木	豆花クッキー お茶	ボーククリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ(バナナ)	豚肉・牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 食パン	クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
26	金	星っこ お茶	鶏肉の甘辛焼 がんもの煮物 マカロニサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 がんもどき 赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん きゅうり・人参・玉ねぎ ほうれん草・大根・玉ねぎ	砂糖・油 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	パイパンゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろしハイン 牛乳
27	土	ソフトサラダ お茶	麻婆豆腐丼 中華スープ フルーツ(ハイン缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ チンゲン菜・人参 ハイン(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・鶏がらスープ 鶏がらスープ		
30	火	五穀ビスケット お茶	サバの味噌煮 ブロッコリーのおかか和え ごはん ずまし汁 フルーツ(みかん缶)	さば・白みそ かつお節	しょうが ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ みかん(缶詰)	砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	お麩のラスク 牛乳	おつゆ餅・バター 砂糖 牛乳

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー496kcal たんぱく質18.3g 脂質12.5g カルシウム173mg 食塩相当量1.8g
(3歳未満) エネルギー427kcal たんぱく質15.0g 脂質10.9g カルシウム151mg 食塩相当量1.5g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2024年4月給食だより（完了期）

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	月	ハイハイン お茶	鶏肉の照焼 さつま芋煮 ブロッコリーサラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	しょうが ブロッコリー・コーン・人参 わかめ	油・砂糖 さつま芋・砂糖 砂糖・オリーブ油 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん 本みりん 酢・塩 だし	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
2	火	野菜ハイハイン お茶	豚肉の生姜炒め ほうれん草のごま和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが ほうれん草・キャベツ 青ねぎ りんご缶(缶詰)	油・砂糖 白ごま 米(国産) じゃが芋	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	野菜パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・野菜&果物ジュース 牛乳
3	水	ハイハイン お茶	スパゲティナポリタン マセドアンサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ウインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参・コーン ほうれん草・大根 バナナ	スパゲティ・油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	トマトケチャップ・塩 塩 コンソメ	しらすおにぎり お茶	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 麦茶
4	木	野菜ハイハイン お茶	カレーライス コーンサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	玉ねぎ・人参・黄桃(缶詰) コーン・人参・キャベツ ほうれん草・もやし 黄桃(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ・塩	豆腐のふんわりクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 牛乳
5	金	ハイハイン お茶	白身魚の甘辛焼 花野菜のマヨ和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(ハイン缶)	たら 赤みそ・白みそ	しょうが カリフラワー・ブロッコリー・人参 小松菜・白菜 ハイン(缶詰)	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ麩	醤油・料理酒 だし	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 牛乳
6	土	野菜ハイハイン お茶	野菜そぼろ丼 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・しょうが・さやいんげん キャベツ・大根 みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖	醤油・本みりん だし		
8	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付け ビーフソテー ほうれん草とキャベツの和え物 軟飯 味噌汁	たら かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・青ねぎ・人参 ほうれん草・キャベツ かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	砂糖 ビーフン・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒・だし 醤油・鶏がらスープ 醤油・本みりん だし	りんご蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・りんごジュース 牛乳
9	火	ベビースティック お茶	五目うどん 青のりボテト もやしのおかか和え フルーツ(バナナ)	鶏肉・油揚げ かつお節	人参・小松菜・大根・だし昆布 あおさのり もやし・きゅうり・人参 バナナ	うどん じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん 塩 醤油・本みりん・だし	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	豚肉のチャプチェ かぼちゃの甘煮 軟飯 味噌汁 フルーツ(りんご缶)	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ 小松菜・キャベツ・人参 りんご缶(缶詰)	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ピザトースト ジョア(マスカット)	食パン・トマトケチャップ・コーン ピーマン・玉ねぎ・チーズ ジョアマスカット(鉄・葉酸)
11	木	ハイハイン お茶	鶏肉のハーベキューソース マカロニソテー コールスローサラダ 軟飯 スープ	鶏肉	人参 キャベツ・きゅうり・人参 白菜・玉ねぎ・しめじ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 マカロニ・油 油・砂糖 米(国産)	塩・料理用赤ワイン・ウスターソース・トマトケチャップ・醤油・コンソメ コンソメ 塩・醤油・酢 コンソメ	ハインパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしハイン 牛乳
12	金	野菜ハイハイン お茶	サケの塩焼 じゃが芋の金平 小松菜のごま和え 軟飯 ずまし汁	ピンクサーモン さつま揚げ 豆腐	人参 小松菜・コーン・もやし 青ねぎ・わかめ	じゃが芋・調合ごま油・砂糖 白ごま 米(国産)	塩 醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	豆乳きなこかん 牛乳	寒天・豆乳 砂糖・きな粉 牛乳
13	土	かぼちゃポーロ お茶	中華丼 中華スープ フルーツ(黄桃缶)	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 小松菜・えのきたけ 黄桃(缶詰)	米(国産)・調合ごま油・でん粉	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ		
15	月	ハイハイン お茶	焼きコロッケ 切干大根サラダ ひじきのふりかけごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	ツナフレーク かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり・人参 ひじき 小松菜・白菜 みかん(缶詰)	牛肉コロッケ・油 砂糖・調合ごま油 米(国産)・砂糖	中濃ソース 醤油・酢・本みりん 醤油 だし	焼きそば お茶	焼きそば用麺・人参・キャベツ・油 焼きそばソース(粉)・かつお節・あおさのり 麦茶
16	火	かぼちゃポーロ お茶	塩ラーメン 蒸しさつま芋 ほうれん草の磯辺和え フルーツ(バナナ)	豚肉	玉ねぎ・人参・キャベツ・にんにく ほうれん草・人参・のり バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋 砂糖	醤油・鶏がらスープ・塩・本みりん 醤油	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
17	水	野菜ハイハイン お茶	ハンバーグデミグラスソース 人参グラッセ キャベツサラダ 軟飯 スープ	ハンバーグ	玉ねぎ・トマトピューレ 人参 キャベツ・きゅうり・コーン しめじ・大根・白菜	油 砂糖・バター マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	料理用赤ワイン・本みりん・デミグラスソース・トマトケチャップ 塩 コンソメ	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・かぼちゃ 牛乳
18	木	ハイハイン お茶	白身魚の味噌焼 オクラの納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(ハイン缶)	たら・白みそ 納豆 赤みそ・白みそ	オクラ・きゅうり・人参 大根・人参・わかめ ハイン(缶詰)	砂糖・油 米(国産)	本みりん・料理酒 醤油 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
19	金	ベビースティック お茶	鶏肉の塩こうじ焼 じゃが芋のマヨ焼 小松菜のおかか和え 軟飯 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	小松菜・キャベツ・人参 白菜・かぼちゃ・玉ねぎ	油 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)・油 米(国産)	塩こうじ 醤油・本みりん・だし だし	フルーツヨーグルト ぶどうジュース	バナナ・みかん(缶詰)・白桃(缶詰) ヨーグルト・砂糖 ぶどうジュース
20	土	かぼちゃポーロ お茶	スタミナ焼肉丼 味噌汁 型抜きチーズ	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ チーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・黄ピーマン わかめ	米(国産)・油・砂糖	焼肉のたれ だし		
22	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚のタルタル焼 焼かぼちゃ アスパラのサラダ 軟飯 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ かぼちゃ グリーンアスパラガス・きゅうり・人参 小松菜	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 油 油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	塩 塩 醤油・酢 だし	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 牛乳
23	火	ハイハイン お茶	鶏肉のカレー風味焼 花野菜サラダ 軟飯 スープ フルーツ(りんご缶)	鶏肉	にんにく カリフラワー・ブロッコリー・コーン 白菜・チンゲン菜・人参 りんご缶(缶詰)	でん粉・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩・カレーパウダー 酢・塩・醤油 コンソメ	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
24	水	野菜ハイハイン お茶	焼豚チャーハン 三色ナムル 中華スープ ぶどうゼリー	焼豚 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン もやし・小松菜・人参・にんにく 大根・さやえんどう 寒天・ぶどうジュース	米(国産)・調合ごま油 白ごま・砂糖・調合ごま油 砂糖	鶏がらスープ・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	ちんすこう 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
25	木	かぼちゃポーロ お茶	ボーククリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ(バナナ)	豚肉・牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 食パン	クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
26	金	ベビースティック お茶	鶏肉の甘辛焼 がんもの煮物 マカロニサラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 がんもどき 赤みそ・白みそ	人参・さやいんげん きゅうり・人参・玉ねぎ ほうれん草・大根・玉ねぎ	砂糖・油 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし	ハインゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろしハイン 牛乳
27	土	ハイハイン お茶	麻婆豆腐丼 中華スープ フルーツ(ハイン缶)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・しいたけ チンゲン菜・人参 ハイン(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・鶏がらスープ 鶏がらスープ		
30	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 ブロッコリーのおかか和え 軟飯 ずまし汁 フルーツ(みかん缶)	たら・白みそ かつお節	しょうが ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ・わかめ みかん(缶詰)	砂糖 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	お麩のラスク 牛乳	おつゆ麩・バター 砂糖 牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2024年4月給食だより（離乳後期）

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	月	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) さつまい	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
2	火	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 人参・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ハイハイン お茶
3	水	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の旨煮 胡瓜と人参の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ほうれん草・だし昆布 だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶
4	木	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツの和え物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ハイハイン お茶
5	金	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
6	土	野菜ハイハイン お茶	鶏塩おじや 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	
8	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ハイハイン お茶
9	火	ベビースティック お茶	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 大根・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏とキャベツの煮物 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・だし昆布 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	野菜ハイハイン お茶
11	木	ハイハイン お茶	鶏じゃが 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	かぼちゃポーロ お茶
12	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ベビースティック お茶
13	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 白菜の煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油 塩	
15	月	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
16	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつまい ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつまい	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
17	水	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	人参・大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶
18	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ベビースティック お茶
19	金	ベビースティック お茶	鶏じゃが 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・かぼちゃ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
20	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや キャベツの煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	
22	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 小松菜・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつまい お茶
23	火	ハイハイン お茶	鶏とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 醤油・塩	野菜ハイハイン お茶
24	水	野菜ハイハイン お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油	ハイハイン お茶
25	木	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋 おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
26	金	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 胡瓜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 ほうれん草・大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	かぼちゃポーロ お茶
27	土	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ丼 チンゲン菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油	
30	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ハイハイン お茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2024年4月給食だより（離乳中期）

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	月	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) さつま芋	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
2	火	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 人参・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ハイハイン お茶
3	水	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の旨煮 胡瓜と人参の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ほうれん草・だし昆布 だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶
4	木	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツの和え物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ハイハイン お茶
5	金	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
6	土	野菜ハイハイン お茶	鶏塩おじや 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	さやいんげん・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	
8	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布 玉ねぎ・かぼちゃ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ハイハイン お茶
9	火	ベビースティック お茶	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 大根の旨煮	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 大根・人参・だし昆布	うどん じゃが芋	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶
10	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏とキャベツの煮物 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・だし昆布 かぼちゃ 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油	野菜ハイハイン お茶
11	木	ハイハイン お茶	鶏じゃが 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	かぼちゃポーロ お茶
12	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ベビースティック お茶
13	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 白菜の煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油 塩	
15	月	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ煮 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 白菜・小松菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	野菜ハイハイン お茶
16	火	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
17	水	野菜ハイハイン お茶	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	人参・大根・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶
18	木	ハイハイン お茶	白身魚の煮付 大根の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 人参・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ベビースティック お茶
19	金	ベビースティック お茶	鶏じゃが 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・かぼちゃ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
20	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや キャベツの煮物 スープ	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	
22	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 小松菜・かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶
23	火	ハイハイン お茶	鶏とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ すまし汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 白菜・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 醤油・塩	野菜ハイハイン お茶
24	水	野菜ハイハイン お茶	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 大根の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	小松菜・人参・玉ねぎ・だし昆布 大根・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油	ハイハイン お茶
25	木	かぼちゃポーロ お茶	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) じゃが芋 おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶
26	金	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 胡瓜と人参の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 ほうれん草・大根・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	かぼちゃポーロ お茶
27	土	ハイハイン お茶	豆腐のそぼろ丼 チンゲン菜のお浸し 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産)・でん粉 おつゆ麩	醤油 醤油	
30	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	ハイハイン お茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

2024年4月給食だより（離乳初期）

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	月	10倍がゆ かぼちゃのペースト ブロッコリーのペースト 豆腐のペースト	豆腐	かぼちゃ ブロッコリー	米(国産)	
2	火	10倍がゆ 大根のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト		大根 ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
3	水	10倍がゆ 大根のペースト ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト		大根 ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
4	木	10倍がゆ 大根のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		大根 キャベツ 人参	米(国産)	
5	金	10倍がゆ 小松菜のペースト 豆腐のペースト 白菜のペースト	豆腐	小松菜 白菜	米(国産)	
6	土	10倍がゆ 小松菜のペースト キャベツのペースト さつまいものペースト		小松菜 キャベツ	米(国産) さつまいも	
8	月	10倍がゆ 豆腐のペースト かぼちゃのペースト キャベツのペースト	豆腐	かぼちゃ キャベツ	米(国産)	
9	火	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		キャベツ ほうれん草 人参	米(国産)	
10	水	10倍がゆ 白菜のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト		白菜 小松菜 人参	米(国産)	
11	木	10倍がゆ キャベツのペースト かぼちゃのペースト 人参のペースト		キャベツ かぼちゃ 人参	米(国産)	
12	金	10倍がゆ 人参のペースト じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト		人参 ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
13	土	10倍がゆ ほうれん草のペースト 豆腐のペースト じゃが芋のペースト	豆腐	ほうれん草	米(国産) じゃが芋	
15	月	10倍がゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト	豆腐	小松菜 人参	米(国産)	
16	火	10倍がゆ さつまいものペースト キャベツのペースト ほうれん草のペースト		キャベツ ほうれん草	米(国産) さつまいも	
17	水	10倍がゆ 大根のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		大根 キャベツ 人参	米(国産)	
18	木	10倍がゆ じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		玉ねぎ 人参	米(国産) じゃが芋	
19	金	10倍がゆ 小松菜のペースト キャベツのペースト 大根のペースト		小松菜 キャベツ 大根	米(国産)	
20	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 白菜のペースト 人参のペースト	豆腐	白菜 人参	米(国産)	
22	月	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		キャベツ ほうれん草 人参	米(国産)	
23	火	10倍がゆ 白菜のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト		白菜 人参	米(国産) じゃが芋	
24	水	10倍がゆ かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト		かぼちゃ 小松菜 玉ねぎ	米(国産)	
25	木	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		キャベツ 人参	米(国産) じゃが芋	
26	金	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 白菜のペースト 人参のペースト		ブロッコリー 白菜 人参	米(国産)	
27	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト	豆腐	白菜 小松菜	米(国産)	
30	火	10倍がゆ ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		ほうれん草 玉ねぎ 人参	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。