



2025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	火	白い風船ミルククリーム お茶	鶏肉のバーベキューソース マカロニソテー ほうれん草とキャベツの和え物 ごはん 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・キャベツ 白菜・玉ねぎ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 マカロニ・油 米(国産) おつゆ	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 醤油・本みりん だし	ジャムサンド 牛乳	食パン りんごジャム 牛乳
2	水	かぼちゃポーロ お茶	アジの竜田焼 大根のそぼろ煮 ごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	あじ 鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	しょうが 大根・人参・さやえんどう 小松菜・玉ねぎ・えのきたけ パイナップル(缶詰)	砂糖・でん粉・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	豆腐ドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐 砂糖・油・グラニュー糖 牛乳
3	木	豆花クッキー お茶	スパゲティボロタン コールスローサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ウインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン ほうれん草・大根・玉ねぎ バナナ	スパゲティ・油・砂糖 油・砂糖	トマトケチャップ・塩 塩・醤油・酢 コンソメ	ふりかけおにぎり お茶	米(国産) かつおぶし 麦茶
4	金	ソフトサラダ お茶	カレーライス ブロッコリーのツナサラダ スープ フルーツ(みかん)	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン キャベツ・人参・しめじ みかん(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 コンソメ	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳
5	土	ほたは焼 お茶	けんちんうどん	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・油・里芋	だし・醤油・本みりん・塩		
7	月	白い風船ミルククリーム お茶	麻婆豆腐丼 キャベツの塩昆布ナムル スープ フルーツ(オレンジ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・人参・しいたけ きゅうり・キャベツ・人参・塩昆布 えのきたけ・玉ねぎ・白菜 オレンジ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 鶏がらスープ	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 牛乳
8	火	五穀ビスケット お茶	豚汁うどん かぼちゃのおおさ焼 小松菜の和え物 フルーツ(バナナ)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・おおさのり 小松菜・もやし・人参・にんにく バナナ	うどん・さつま芋 油 白ごま・砂糖・調合ごま油	だし・本みりん・醤油 塩 醤油・塩	ツナおにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・砂糖 醤油・料理酒 牛乳
9	水	ソフトサラダ お茶	サワラの照焼 厚揚げの煮物 のりマヨドレサラダ ごはん 味噌汁	さわら 生揚げ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参・おおさのり	油・砂糖 砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 塩	ピーチゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろし白桃 牛乳
10	木	ほたは焼 お茶	白身魚フライ ほうれん草のおかか和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	白身魚フライ かつお節 赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 キャベツ・玉ねぎ パイナップル(缶詰)	油 米(国産)・押麦 おつゆ	醤油 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
11	金	クラッカー お茶	ハンバーグ ミニポテト 海藻サラダ ごはん 味噌汁	ハンバーグ	きゅうり・キャベツ・わかめ・人参 小松菜・かぼちゃ・玉ねぎ	油 ミニポテト 調合ごま油・白ごま 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油 だし	おおさマカロニ 牛乳	マカロニ・おおさのり コンソメ・塩 牛乳
12	土	ソフトサラダ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
14	月	白い風船ミルククリーム お茶	サバの甘辛焼 カリフラワーのおかかサラダ のりの佃煮 麦入りごはん 味噌汁	さば かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	カリフラワー・コーン・人参 のり 玉ねぎ・わかめ	砂糖・油 砂糖・油 砂糖 米(国産)・押麦	醤油・料理酒 酢・醤油 醤油・料理酒・本みりん だし	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・チーズ 牛乳
15	火	豆花クッキー お茶	★肉団子の酢豚風 春雨サラダ ごはん 中華スープ フルーツ(オレンジ)	チキンボール	玉ねぎ・人参・しいたけ・ピーマン きゅうり・人参 もやし・大根・チンゲン菜 オレンジ	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 酢・醤油 鶏がらスープ	いちごスコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・ストロベリーソース 牛乳
16	水	かぼちゃポーロ お茶	スタミナ焼肉丼 切干大根サラダ 味噌汁 フルーツ(みかん)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく 切干大根・きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま 砂糖・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 牛乳
17	木	ソフトサラダ お茶	鶏醤油ラーメン 焼さつま芋 キャベツの中華和え フルーツ(バナナ)	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油 調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 塩 塩・醤油・鶏がらスープ	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
18	金	ほたは焼 お茶	肉じゃが 白菜の塩昆布和え ごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・きゅうり・塩昆布 人参・ほうれん草 パイナップル(缶詰)	じゃが芋・系こんにやく(白滝)・砂糖 調合ごま油 米(国産)	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・おおさのり・かつお節 牛乳
19	土	かぼちゃポーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
21	月	五穀ビスケット お茶	白身魚ののりマヨドレ焼 ブロッコリーのごま和え 麦入りごはん 味噌汁 チーズ	たら 赤みそ・白みそ チーズ	おおさのり ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ	塩 醤油 だし	スイートパンキン 牛乳	かぼちゃ・小麦粉・牛乳・バター 砂糖・卵 牛乳
22	火	豆花クッキー お茶	鶏肉の唐揚げ 焼じゃが 大根のサラダ ごはん スープ	鶏肉	しょうが 大根・きゅうり・人参 人参・白菜・玉ねぎ	小麦粉・でん粉・油 じゃが芋・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 塩 醤油・酢 コンソメ	お昼のきんこうラスク 牛乳	おつゆ・オリーブ油 砂糖・きな粉 牛乳
23	水	クラッカー お茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 小松菜の和風和え フルーツ(バナナ)	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布 小松菜・もやし・人参 バナナ	うどん・砂糖 油・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
24	木	白い風船ミルククリーム お茶	中華丼 肉しゅうまい ブロッコリーの中華和え 中華スープ フルーツ(オレンジ)	豚肉 肉しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう ブロッコリー・カリフラワー・人参 わかめ・キャベツ・大根 オレンジ	米(国産)・油・でん粉 砂糖・調合ごま油	鶏がらスープ・醤油・塩 醤油・鶏がらスープ 鶏がらスープ	さつま芋パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・牛乳・さつま芋 牛乳
25	金	ほたは焼 お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ(オレンジ)	鶏肉・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 オレンジ	じゃが芋 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	ごま塩おにぎり 牛乳	小麦粉・白ごま・油 砂糖・塩 牛乳
26	土	ソフトサラダ お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
28	月	五穀ビスケット お茶	赤魚のごま味噌焼 オクラの納豆和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(みかん)	赤魚・白みそ 納豆	オクラ・きゅうり ほうれん草・大根・人参 みかん(缶詰)	砂糖・白ごま・油 米(国産)・押麦	本みりん・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	ポテトフライ 牛乳	ポテトフライ・油 塩 牛乳
30	水	かぼちゃポーロ お茶	豚肉の生妻炒め かぼちゃの甘煮 マカロニサラダ ごはん 味噌汁	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが かぼちゃ きゅうり・人参・玉ねぎ キャベツ	油・砂糖 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ピザトースト 牛乳	食パン・トマトケチャップ・コーン ピーマン・玉ねぎ・チーズ 牛乳

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー556kcal たんぱく質19.9g 脂質16.4g カルシウム213mg 食塩相当量2.0g
(3歳未満) エネルギー472kcal たんぱく質16.3g 脂質13.9g カルシウム181mg 食塩相当量1.6g

★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。



2025年4月給食だより（離乳完了期）



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動き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にか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	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉のバーベキューソース マカロニソテー ほうれん草とキャベツの和え物 軟飯 味噌汁	鶏肉 赤みそ・白みそ	人参 ほうれん草・キャベツ 白菜・玉ねぎ	小麦粉・油・砂糖・でん粉 マカロニ・油 米(国産) おつゆ麩	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 醤油・本みりん	ジャムサンド 牛乳	食パン りんごジャム 牛乳
2	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の竜田焼 大根のそぼろ煮 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	たら 鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	しょうが 大根・人参・さやえんどう 小松菜・玉ねぎ・えのきたけ パイナップル(缶詰)	砂糖・でん粉・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	豆腐パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐 砂糖・油・グラニュー糖 牛乳
3	木	ハイハイ お茶	スパゲティボロリタン コールスローサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ウインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン ほうれん草・大根・玉ねぎ バナナ	スパゲティ・油・砂糖 油・砂糖	トマトケチャップ・塩 塩・醤油・酢 コンソメ	ふりかけおにぎり お茶	米(国産) かつおぶりかけ 麦茶
4	金	野菜ハイハイ お茶	カレーライス ブロッコリーのツナサラダ スープ フルーツ(みかん)	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン キャベツ・人参・しめじ みかん(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 コンソメ	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖 牛乳
5	土	ベビースティック お茶	けんちんうどん	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・油・里芋	だし・醤油・本みりん・塩		
7	月	野菜ハイハイ お茶	麻婆豆腐丼 キャベツのナムル スープ フルーツ(オレンジ)	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・人参・しいたけ きゅうり・キャベツ・人参 えのきたけ・玉ねぎ・白菜 オレンジ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 ⑨白ごま・⑨調合ごま油	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油 鶏がらスープ	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん 牛乳
8	火	ハイハイ お茶	豚汁うどん かぼちゃのおおさ焼 小松菜の和え物 フルーツ(バナナ)	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・おおさのり 小松菜・もやし・人参・にんにく バナナ	うどん・さつま芋 油 白ごま・砂糖・調合ごま油	だし・本みりん・醤油 塩 醤油・塩	ツナおにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク・砂糖 醤油・料理酒 牛乳
9	水	野菜ハイハイ お茶	サワラの照焼 厚揚げの煮物 のりマヨドレサラダ 軟飯 味噌汁	さわら 生揚げ 赤みそ・白みそ	しょうが キャベツ・きゅうり・人参・おおさのり	油・砂糖 砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん だし・醤油・料理酒 塩 だし	ピーチゼリー 牛乳	寒天・砂糖 おろし白桃 牛乳
10	木	ベビースティック お茶	白身魚の照焼 ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	たら かつお節 赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 キャベツ・玉ねぎ パイナップル(缶詰)	砂糖・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん 醤油 だし	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
11	金	かぼちゃポーロ お茶	ハンバーグ ミニポテト 海藻サラダ 軟飯 味噌汁	ハンバーグ	きゅうり・キャベツ・わかめ・人参 小松菜・かぼちゃ・玉ねぎ	油 ミニポテト 調合ごま油・白ごま 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース 醤油 だし	おおさまカロニ 牛乳	マカロニ・おおさのり コンソメ・塩 牛乳
12	土	ハイハイ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
14	月	ベビースティック お茶	白身魚の甘辛焼 カリフラワーのおかかサラダ のりの佃煮 軟飯 味噌汁	たら かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	カリフラワー・コーン・人参 のり 玉ねぎ・わかめ	砂糖・油 砂糖・油 砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 酢・醤油 醤油・料理酒・本みりん だし	チーズ蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・チーズ 牛乳
15	火	野菜ハイハイ お茶	肉団子の酢豚風 春雨サラダ 軟飯 中華スープ フルーツ(オレンジ)	チキンボール	玉ねぎ・人参・しいたけ・ピーマン きゅうり・人参 もやし・大根・チンゲン菜 オレンジ	油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米(国産)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 酢・醤油 鶏がらスープ	いちごスコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・ストロベリーソース 牛乳
16	水	かぼちゃポーロ お茶	スタミナ焼肉丼 切干大根サラダ 味噌汁 フルーツ(みかん)	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく 切干大根・きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	米(国産)・油・砂糖・白ごま 砂糖・調合ごま油	醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 牛乳
17	木	野菜ハイハイ お茶	鶏醤油ラーメン 焼さつま芋 キャベツの中華和え フルーツ(バナナ)	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油 調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オイスターソース 塩 塩・醤油・鶏がらスープ	ごま塩おにぎり お茶	米(国産)・黒ごま 塩 麦茶
18	金	ハイハイ お茶	肉じゃが 白菜の和え物 軟飯 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・きゅうり 人参・ほうれん草 パイナップル(缶詰)	じゃが芋・系こんにやく(白滝)・砂糖 調合ごま油 米(国産)	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	お好み焼き 牛乳	小麦粉・豆腐・豚ひき肉・キャベツ 油・お好み焼きソース・おおさのり・かつお節 牛乳
19	土	かぼちゃポーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
21	月	ベビースティック お茶	白身魚ののりマヨドレ焼 ブロッコリーのごま和え 軟飯 味噌汁 チーズ	たら 赤みそ・白みそ チーズ	おおさのり ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 白ごま・砂糖 米(国産) おつゆ麩	塩 醤油 だし	スイートパンキン 牛乳	かぼちゃ・小麦粉・牛乳・バター 砂糖・卵 牛乳
22	火	ハイハイ お茶	鶏肉の照焼 焼じゃが 大根のサラダ 軟飯 スープ	鶏肉	しょうが 大根・きゅうり・人参 人参・白菜・玉ねぎ	油・砂糖 じゃが芋・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・本みりん 塩 醤油・酢 コンソメ	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 砂糖・きな粉 牛乳
23	水	かぼちゃポーロ お茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 小松菜の和風和え フルーツ(バナナ)	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布 小松菜・もやし・人参 バナナ	うどん・砂糖 油・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・トマトケチャップ 醤油・本みりん・だし	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
24	木	野菜ハイハイ お茶	中華丼 肉しゅうまい ブロッコリーの中華和え 中華スープ フルーツ(オレンジ)	豚肉 肉しゅうまい	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう ブロッコリー・カリフラワー・人参 わかめ・キャベツ・大根 オレンジ	米(国産)・油・でん粉 砂糖・調合ごま油	鶏がらスープ・醤油・塩 醤油・鶏がらスープ 鶏がらスープ	さつま芋パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・牛乳・さつま芋 牛乳
25	金	ベビースティック お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ(オレンジ)	鶏肉・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 オレンジ	じゃが芋 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	ごまちゃんずこう 牛乳	小麦粉・白ごま・油 砂糖・塩 牛乳
26	土	野菜ハイハイ お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
28	月	ハイハイ お茶	赤魚のごま味噌焼 オクラの納豆和え 軟飯 すまし汁 フルーツ(みかん)	赤魚・白みそ 納豆	オクラ・きゅうり ほうれん草・大根・人参 みかん(缶詰)	砂糖・白ごま・油 米(国産)	本みりん・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	焼ポテト 牛乳	ポテトフライ・油 塩 牛乳
30	水	かぼちゃポーロ お茶	豚肉の生妻炒め かぼちゃの甘煮 マカロニサラダ 軟飯 味噌汁	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが かぼちゃ きゅうり・人参・玉ねぎ キャベツ	油・砂糖 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	野菜ピザトースト 牛乳	食パン・トマトケチャップ・コーン ピーマン・玉ねぎ・チーズ 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。



2025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動き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にか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	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ 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 ほうれん草・人参 白菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の照り煮 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
3	木	ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根のおかか煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参	うどん	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
4	金	野菜ハイハイ お茶	鶏じゃが ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
5	土	ベビースティック お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
7	月	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 白菜のお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
8	火	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 小松菜・人参	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
9	水	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 キャベツのおおさ煮 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり 人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
10	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	かぼちゃのそぼろ煮 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
12	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん	醤油		
14	月	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
15	火	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 きゅうりのおかか煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	大根・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
16	水	かぼちゃポーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜の煮浸し 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 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
17	木	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん 蒸しさつま芋 ほうれん草の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・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	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
18	金	ハイハイ お茶	鶏じゃが 白菜の旨煮 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 白菜・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油		
21	月	ベビースティック お茶	白身魚のおおさ煮 ブロッコリーの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
22	火	ハイハイ お茶	そぼろ大根 人参の旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 人参・だし昆布 白菜・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
23	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 小松菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布	うどん さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
24	木	野菜ハイハイ 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	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
25	金	ベビースティック お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	ツナフレーク	人参・だし昆布 ブロッコリー キャベツ・人参・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
26	土	野菜ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	小松菜・人参・大根・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
28	月	ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 きゅうりの納豆和え 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ 納豆	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
30	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ 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 かぼちゃ・だし昆布 きゅうり・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 スキムミルク 麦茶

★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。



2025年4月給食だより（離乳中期）



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)	
				主にかからだをつくるもの	主にか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	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ 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 ほうれん草・人参 白菜・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
2	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の照り煮 人参の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
3	木	ハイハイ お茶	煮込みうどん 大根のおかか煮 きゅうりのお浸し	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・人参	うどん	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
4	金	野菜ハイハイ お茶	鶏じゃが ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油 塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
5	土	ベビースティック お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
7	月	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 白菜のお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
8	火	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 小松菜・人参	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
9	水	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 キャベツのおおさ煮 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり 人参・ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
10	木	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 ほうれん草のお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 スキムミルク 麦茶
11	金	かぼちゃポーロ お茶	かぼちゃのそぼろ煮 キャベツの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
12	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん	醤油		
14	月	ベビースティック お茶	白身魚の煮付 カリフラワーの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布 人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
15	火	野菜ハイハイ お茶	そぼろ大根 きゅうりのおかか煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	大根・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 玉ねぎ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
16	水	かぼちゃポーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜の煮浸し 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 小松菜・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
17	木	野菜ハイハイ お茶	あんかけうどん 蒸しさつま芋 ほうれん草の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・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	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
18	金	ハイハイ お茶	鶏じゃが 白菜の旨煮 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 白菜・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
19	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油		
21	月	ベビースティック お茶	白身魚のおおさ煮 ブロッコリーの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
22	火	ハイハイ お茶	そぼろ大根 人参の旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 人参・だし昆布 白菜・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
23	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつま芋 小松菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参・だし昆布	うどん さつま芋	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
24	木	野菜ハイハイ 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	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
25	金	ベビースティック お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	ツナフレーク	人参・だし昆布 ブロッコリー キャベツ・人参・だし昆布	じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油 醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
26	土	野菜ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	小松菜・人参・大根・だし昆布	うどん・でん粉	醤油		
28	月	ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 きゅうりの納豆和え 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ 納豆	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 醤油・塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
30	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ 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 かぼちゃ・だし昆布 きゅうり・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	さつま芋のパンがゆ お茶	パン粉・さつま芋 スキムミルク 麦茶

★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。



2025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	火	10倍がゆ 玉ねぎのペースト キャベツのペースト ほうれん草のペースト		玉ねぎ キャベツ ほうれん草	米(国産)	
2	水	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		小松菜 人参 玉ねぎ	米(国産)	
3	木	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト		大根 人参 きゅうり	米(国産)	
4	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト ブロッコリーのペースト		キャベツ ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
5	土	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		大根 人参 玉ねぎ	米(国産)	
7	月	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 白菜のペースト	豆腐	人参 白菜	米(国産)	
8	火	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト		大根 人参 小松菜	米(国産)	
9	水	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		キャベツ 人参 ほうれん草	米(国産)	
10	木	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ ほうれん草 玉ねぎ	米(国産)	
11	金	10倍がゆ 人参のペースト かぼちゃのペースト 小松菜のペースト		人参 かぼちゃ 小松菜	米(国産)	
12	土	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
14	月	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト	豆腐	人参 玉ねぎ	米(国産)	
15	火	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト		大根 人参 きゅうり	米(国産)	
16	水	10倍がゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト キャベツのペースト	豆腐	小松菜 キャベツ	米(国産)	
17	木	10倍がゆ さつまいものペースト ほうれん草のペースト キャベツのペースト		ほうれん草 キャベツ	米(国産) さつまいも	
18	金	10倍がゆ 白菜のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト		白菜 人参	米(国産) じゃが芋	
19	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト	豆腐	人参 玉ねぎ	米(国産)	
21	月	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト ブロッコリーのペースト		キャベツ 人参 ブロッコリー	米(国産)	
22	火	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 大根のペースト		人参 大根	米(国産) じゃが芋	
23	水	10倍がゆ 人参のペースト さつまいものペースト 小松菜のペースト		人参 小松菜	米(国産) さつまいも	
24	木	10倍がゆ 白菜のペースト 人参のペースト 大根のペースト		白菜 人参 大根	米(国産)	
25	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 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	
26	土	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト 大根のペースト		小松菜 人参 大根	米(国産)	
28	月	10倍がゆ ほうれん草のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト		ほうれん草 大根 きゅうり	米(国産)	
30	水	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		かぼちゃ 人参 玉ねぎ	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。