

# 4月離乳食献立予定表(中期食) NO1

秋川あすなろ保育園

	午前食	午後食	主な使用材料		
			エネルギーになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1/火	7倍粥 カレイの煮つけ じゃが芋と人参のコロコロ煮 すまし汁(麩 ほうれん草) バナナ	煮込みうどん (しらす かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草)	こめ じゃが芋 麩 バナナ	カレイ しらす	人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ
2/水	7倍粥 豆腐のささ身あんかけ ほうれん草と人参のおひたし みそ汁(じゃが芋 わかめ)	おじや (しらす 人参 さつま芋 ほうれん草)	こめ じゃが芋 さつま芋	豆腐 しらす ささ身	ほうれん草 人参 わかめ
3/木	パンがゆ ささ身のとろみ煮 バナナ ブロッコリーときゃべつのたくた煮 みそ汁(豆腐 小松菜)	おじや (ツナ じゃが芋 大根 きゃべつ)	食パン こめ じゃが芋 バナナ	ささ身 豆腐 ツナ	ブロッコリー きゃべつ 小松菜 大根
4/金	7倍粥 ツナとじゃが芋のポツテリ煮 小松菜とブロッコリーのとろみ煮 豆腐スープ(わかめ)	おじや (ささ身 人参 玉ねぎ ほうれん草)	こめ じゃが芋	ツナ 豆腐 ささ身	小松菜 ブロッコリー わかめ 玉ねぎ 人参 ほうれん草
5/土	煮込みうどん(凍り豆腐 ブロッコリー わかめ ほうれん草) カジキの煮つけ 大根と人参のコロコロ煮	おじや (しらす かぼちゃ 小松菜 人参)	うどん こめ	凍り豆腐 カジキ しらす	ブロッコリー わかめ ほうれん草 大根 人参 かぼちゃ 小松菜
7/月	7倍粥 ささ身とじゃが芋のポツテリ煮 小松菜と人参のおひたし すまし汁(麩 わかめ)	おじや (しらす ほうれん草 玉ねぎ 人参)	こめ じゃが芋 麩	ささ身 しらす	小松菜 人参 わかめ 玉ねぎ ほうれん草
8/火	7倍粥 カジキの煮つけ 白菜ときゃべつのたくた煮 みそ汁(じゃが芋 わかめ)	おじや (豆腐 さつま芋 ほうれん草 人参)	こめ じゃが芋 さつま芋	カジキ 豆腐	白菜 きゃべつ わかめ ほうれん草 人参
9/水	パンがゆ ささ身とブロッコリーのとろみ煮 じゃが芋と人参のコロコロ煮 すまし汁(麩 きゃべつ) バナナ	おじや (しらす きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草)	食パン こめ じゃが芋	ささ身 麩 しらす	ブロッコリー 人参 きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草
10/木	7倍粥 豆腐のほうれん草あんかけ 大根と人参のコロコロ煮 みそ汁(じゃが芋 玉ねぎ)	煮込みうどん (カレイ 小松菜 わかめ 人参)	こめ うどん じゃが芋	豆腐 カレイ	ほうれん草 大根 人参 玉ねぎ 小松菜 わかめ
11/金	7倍粥 たらとじゃが芋のポツテリ煮 ブロッコリーと人参のとろみ煮 みそ汁(白菜 大根) バナナ	おじや (しらす かぼちゃ ほうれん草)	こめ じゃが芋 バナナ	たら しらす	ブロッコリー 白菜 大根 かぼちゃ ほうれん草
12/土	煮込みうどん(玉ねぎ 人参 ほうれん草) しらすときゃべつのとろみ煮 大根と豆腐のコロコロ煮	おじや (ツナ じゃが芋 わかめ 人参)	うどん こめ じゃが芋	しらす 豆腐 ツナ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 大根 きゃべつ わかめ
14/月	7倍粥 カレイの煮つけ 大根と人参のコロコロ煮 みそ汁(白菜 豆腐)	おじや (しらす ほうれん草 きゃべつ 人参)	こめ	カレイ しらす 豆腐	大根 人参 ほうれん草 きゃべつ 白菜
15/火	7倍粥 ツナとじゃが芋のポツテリ煮 きゃべつと小松菜のたくた煮 豆腐スープ(わかめ)	煮込みうどん (ささ身 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草)	こめ うどん じゃが芋	ツナ 豆腐 ささ身	きゃべつ 小松菜 わかめ かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草

\*ご家庭で食べていない食材は除去または他の食材で代替えます



## ご入園・ご進級 おめでとうございます

### ～中期食について～

#### 食べる機能は？

#### 舌で上あごに押しつけつぶして食べる

舌は前後に加え、上下にも動くようになり、舌で上あごに押しつけ、つぶして食べられます。離乳食を「舌でつぶし、唾液と混ぜ合わせ、味わって食べる」ようになるのがこの時期の目標です。



#### 食べさせ方のポイントは？

- ・平らに近い浅めのスプーンを、下唇に軽くのせ、離乳食を取り込もうと口を閉じたら、水平に引き抜きます。
- ・口の中の食べ物がなくなっているのを確かめてから、次の一さじを。



#### 形態は？

#### 指でつまむとラクにつぶれる豆腐をお手本に

親指と人差し指でつまむと、力を入れなくてもラクにつぶれるふわふわ状が目安です。



#### 座り方は？

#### 食事の基本姿勢をしっかりと覚える

ひとりで座れるようになったら、足が床などにしっかりとくイスに座らせます。舌で押しつぶして食べるようになるため、赤ちゃんがあごや舌に力を入れられる姿勢が大切です。



# 4月離乳食献立予定表(後期食)

NO1

秋川あすなろ保育園

	午前食	午後食	主な使用材料		
			エネルギーになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1/火	5倍粥 カレイの煮つけ じゃが芋と人参のココロ煮 バナナ すまし汁(麩 ほうれん草) 大根スティック	煮込みうどん (しらす かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草) 人参スティック	こめ じゃが芋 麩 バナナ	カレイ しらす	人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ 大根
2/水	5倍粥 豆腐の豚ひき肉あんかけ ほうれん草と人参のおひたし みそ汁(じゃが芋 わかめ) 人参スティック	おじや (しらす 人参 さつま芋 ほうれん草) 大根スティック	こめ じゃが芋 さつま芋	豆腐 しらす 豚ひき肉	ほうれん草 人参 わかめ 大根
3/木	パンスティック ささ身のとろみ煮 バナナ ブロッコリーときゃべつのくたくた煮 みそ汁(豆腐 小松菜) さつま芋スティック	ライスおやき (ツナ じゃが芋) みそ汁(大根 きゃべつ)	食パン こめ じゃが芋 さつま芋 バナナ	ささ身 豆腐 ツナ	ブロッコリー きゃべつ 小松菜 大根
4/金	5倍粥 ツナとじゃが芋の小判焼き 小松菜とブロッコリーのとろみ煮 豆腐スープ(わかめ) 人参スティック	おじや (ささ身 人参 玉ねぎ ほうれん草) さつま芋スティック	こめ じゃが芋 さつま芋	ツナ 豆腐 ささ身	小松菜 ブロッコリー わかめ 玉ねぎ 人参 ほうれん草
5/土	煮込みうどん(凍り豆腐 ブロッコリー わかめ ほうれん草) カジキの煮つけ 大根と人参のココロ煮 さつま芋スティック	おじや (しらす かぼちゃ 小松菜 人参) 大根スティック	うどん こめ	凍り豆腐 カジキ しらす	ブロッコリー わかめ ほうれん草 大根 人参 かぼちゃ 小松菜
7/月	5倍粥 豚ひき肉とじゃが芋のポツリ煮 小松菜と人参のおひたし すまし汁(麩 わかめ) 大根スティック	おじや (しらす ほうれん草 玉ねぎ 人参) さつま芋スティック	こめ じゃが芋 麩 さつま芋	豚ひき肉 しらす	小松菜 人参 わかめ 玉ねぎ ほうれん草 大根
8/火	5倍粥 カジキの煮つけ 白菜ときゃべつのくたくた煮 みそ汁(じゃが芋 わかめ) 人参スティック	おじや (豆腐 さつま芋 ほうれん草 人参) 大根スティック	こめ じゃが芋 さつま芋	カジキ 豆腐	白菜 きゃべつ わかめ ほうれん草 人参 大根
9/水	パンスティック じゃが芋と人参のころころ ささ身とブロッコリーのとろみ煮 バナナ すまし汁(麩 きゃべつ) 大根スティック	ライスおやき (しらす きゃべつ) みそ汁(玉ねぎ ほうれん草)	食パン こめ じゃが芋	ささ身 麩 しらす	ブロッコリー 人参 きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草 大根
10/木	5倍粥 豆腐のほうれん草あんかけ 大根と人参のココロ煮 みそ汁(じゃが芋 玉ねぎ) 人参スティック	煮込みうどん (カレイ 小松菜 わかめ 人参) さつま芋スティック	こめ うどん さつま芋 じゃが芋	豆腐 カレイ	ほうれん草 大根 人参 玉ねぎ 小松菜 わかめ
11/金	5倍粥 たらとじゃが芋のポツリ煮 ブロッコリーと人参のとろみ煮 バナナ みそ汁(白菜 大根) 人参スティック	おじや (しらす かぼちゃ ほうれん草) さつま芋スティック	こめ じゃが芋 さつま芋 バナナ	たら しらす	ブロッコリー 白菜 大根 かぼちゃ ほうれん草 人参
12/土	煮込みうどん(玉ねぎ 人参 ほうれん草) しらすときゃべつのとろみ煮 大根と豆腐のココロ煮 さつま芋スティック	おじや (ツナ じゃが芋 わかめ 人参) 大根スティック	うどん こめ さつま芋 じゃが芋	しらす 豆腐 ツナ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 大根 きゃべつ わかめ
14/月	5倍粥 カレイの煮つけ 大根と人参のココロ煮 みそ汁(白菜 豆腐) さつま芋スティック	おじや (しらす ほうれん草 きゃべつ 人参) 大根スティック	こめ さつま芋	カレイ しらす 豆腐	大根 人参 ほうれん草 きゃべつ 白菜
15/火	5倍粥 ツナとじゃが芋の小判焼き きゃべつと小松菜のくたくた煮 豆腐スープ(わかめ) 人参スティック	煮込みうどん (ささ身 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草) 大根スティック	こめ うどん じゃが芋	ツナ 豆腐 ささ身	きゃべつ 小松菜 わかめ かぼちゃ 大根 玉ねぎ ほうれん草

\*ご家庭で食べていない食材は除去または他の食材で代替えます



## ご入園・ご進級 おめでとうございます

### ・後期食について

食べる機能は？

つぶす力は弱いけれど大人と同じ噛み方に

口の周りの筋肉が発達し、舌は前後、上下に加えて左右にも動かせるように。舌でつぶせない食べ物は左右に寄せて歯ぐきでつぶし、大人の噛み方と同じになります。また、大きめの物は前歯でかじり取り、一口量を覚えます。



### 食べさせ方のポイントは？

- ・自分で食べる意欲が強くなります。手づかみしやすいメニューを取り入れましょう。
- ・食べ物の形や感触を手で触って覚えようとします。食べ物に触ろうとしても止めないで。
- ・スプーンを下唇にのせ、口を閉じたら水平に引きます。やや深めのスプーンで食べさせ、口唇の力をつけるとよいでしょう。



### 形態は？

前歯でかじって歯ぐきでつぶせるバナナがお手本

やわらかすぎると舌でつぶれ、かたすぎると歯ぐきでつぶせないため、どちらも丸のみの原因になります。

歯ぐきでつぶせる



### 座り方は？

手づかみがしやすい姿勢で

手づかみがしやすいように、やや前傾した姿勢がとれるような位置にイスを置いて座らせます。足は床板にきちんとつき、力が入る状態に。



# 4月分献立予定表(移行期)

NO1

秋川あすなろ保育園



	午前 おやつ	献立名	おやつ	主な使用材料名			行事や旬の物 その他
				働く力やエネルギー のもとになるもの	血や肉のもとに なるもの	からだの調子を 整えるもの	
1/火	牛乳 ビス ケット	ごはん 鶏照り焼きの薄切り のらぼうのおひたし すまし汁 里芋のから揚げ バナナ 大根ステーキ	煮込みうどん 牛乳 桜蒸しパン	こめ 油 ゼラメ 里芋 片栗粉 うどん 花麩 蒸しパンミックス	鶏肉 チーズ 牛乳	のらぼう ねぎ ほうれん草 人参 玉ねぎ かぼちゃ 大根 小松菜 よもぎ	<p>ご入園・ご進級 おめでとうございます</p>  <p>旬の食材を出来るだけ多く使った給食。 園児たちがモリモリ食べてくれる給食。 食えることが楽しいと思える給食。</p> <p>この様なことを考えながら調理一同、安心安全な給食を 今年度も一生懸命作っていきます。</p> <p>試食はいつでもしたいときに！</p> <p>有料(350円)にはなりますが、園児たちが普段どんな給食を 食べているのかを知っていただきたいという思いから受付けています。 (但し、申し訳ありませんが誕生日会の日には試食が集中しますので、 うさぎ組～ぞう組の誕生日児の保護者のみにさせていただきます) 興味のある保護者の方は、試食日の数日前に各クラス担任に申し 出てください。</p> <p>園庭給食(お花見給食)</p> <p>桜の開花にあわせて、各クラスがみんなの家の利用者さんたちと 園庭でお花見をしながら、給食をたのしみませす。</p> <p>小学校入学式(7/月)・中学校入学式(8/火)</p> <p>園にランドセル姿や、制服姿を見せに来てくれた卒園児に、 お祝いの意味を込めて、調理から美味しい何か？</p> <p>*メニューの青字は今月の誕生日児のリクエストです。</p> <p>★献立表内の青字は、ぞう組の子供たちの誕生日に 誕生日児リクエストメニューを取り入れて組んでいます。</p> 
2/水	牛乳 ビス ケット	ごはん(桜でんぶ) とんかつの薄切り 凍り豆腐の煮物 みそ汁 はっさく 菜の花のおひたし 人参スティック	おじや ほうじ茶 ヨーグルト バナナ	こめ 油 パン粉 小麦粉 じゃが芋	桜でんぶ しらす 豆腐 凍り豆腐 豚肉 ヨーグルト 牛乳	人参 菜の花 ほうれん草 ねぎ わかめ	
3/木	牛乳 ビス ケット	食パン ささ身のゆかり風味揚げの薄切り 温野菜サラダ 白菜スープ はっさく さつま芋ステック	野菜スープ せんべい ほうじ茶 さけおにぎり	食パン こめ 油 片栗粉 マヨドレ さつま芋	ささ身 チーズ 豚肉 さけ 豆腐 凍り豆腐 牛乳	ブロッコリー レタス ほうれん草 赤ピーマン きゃべつ 玉ねぎ 白菜 小松菜 人参 きゃべつ 大根	
4/金	牛乳 ビス ケット	カレーライス 温野菜サラダ チーズ 豆腐スープ はっさく 人参スティック	まぜごはん みそ汁 牛乳 りんごゼリー ビスケット	こめ じゃが芋 油 三温糖	鶏肉 ツナ缶 チーズ 豆腐 ささ身 チーズ 牛乳	小松菜 玉ねぎ わかめ サニーレタス きゃべつ 人参 赤ピーマン ブロッコリー	
5/土	牛乳 ビス ケット	焼きそば おでん ゆでブロッコリー チーズ はっさく わかめスープ さつま芋ステック	野菜スープ バナナ 牛乳 ツナサンド	焼きそば麺 油 マヨドレ さつま芋 ホットドックパン	豚肉 豆腐 チーズ 凍り豆腐 ツナ缶 牛乳	きゃべつ 人参 もやし 大根 小松菜 ピーマン 青のり わかめ 玉ねぎ ブロッコリー いら ねぎ かぼちゃ	
7/月	牛乳 ビス ケット	ごはん きのこハンバーグ 菜の花のおひたし いちご うのはな炒り すまし汁 大根ステーキ	おじや ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 油 三温糖 花麩	牛肉 しらす 豚肉 おから 豆腐 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ えのき しめじ まいたけ 人参 きくらげ 菜の花 小松菜 ほうれん草 大根	
8/火	牛乳 ビス ケット	ごはん カジキの煮つけ のらぼうのおひたし 筑前煮 みそ汁 甘夏 人参スティック	おじや 牛乳 パイスティック	こめ パイ皮 ゼラメ 三温糖 油 里芋	豚肉 桜でんぶ かじき しらす 牛乳	菜の花 人参 ほうれん草 ごぼう れんこん 白菜 ねぎ きゃべつ わかめ	
9/水	牛乳 ビス ケット	食パン 鶏から揚げの薄切り マカロニサラダ ポトフ バナナ 大根ステーキ	おじや ほうじ茶 寒天プリン せんべい	食パン 片栗粉 油 マカロニ こめ マヨドレ じゃが芋	鶏肉 豚肉 しらす ホイップクリーム 牛乳	ブロッコリー 人参 レタス きゃべつ 大根 玉ねぎ ほうれん草	
10/木	牛乳 ビス ケット	納豆ごはん ほうれん草の和え物 牛肉のやわらか煮 みそ汁 甘夏 人参スティック	煮込みうどん 牛乳 ポテトフライ	こめ 三温糖 油 じゃが芋 うどん ごま油	納豆 牛肉 牛乳	ごぼう 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 大根 ねぎ 青のり	
11/金	牛乳 ビス ケット	ごはん(桜でんぶ) 鶏唐揚げの薄切り 凍り豆腐の煮物 たら汁 甘夏 人参スティック	おじや 牛乳 よもぎ蒸しパン	こめ 片栗粉 油 ゼラメ 蒸しパンミックス	桜でんぶ 鶏肉 凍り豆腐 たら しらす 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー 人参 白菜 ほうれん草 大根 小松菜 よもぎ	
12/土	牛乳 ビス ケット	肉うどん 大根とツナの煮物 きゃべつのやわらか煮 チーズ バナナ さつま芋ステック	野菜スープ ビスケット 牛乳 ホイップサンド	うどん ゼラメ さつま芋 ごま油 三温糖 ホットドックパン	豚肉 しらす チーズ ホイップクリーム ツナ缶 牛乳	玉ねぎ 人参 ねぎ きゃべつ ほうれん草 大根	
14/月	牛乳 ビス ケット	ごはん 鶏のごま風味揚げの薄切り 割り干し大根の煮物 豚汁 甘夏 玉ねぎのやわらか煮 さつま芋ステック	おじや ほうじ茶 スイートポテト	こめ ゼラメ 油 里芋 さつま芋 三温糖	ごま 鶏肉 ツナ缶 豚肉 豆腐 バター しらす 牛乳	割り干し大根 人参 ひじき 小松菜 玉ねぎ 大根 ごぼう ねぎ 白菜 ほうれん草 きゃべつ	
15/火	牛乳 ビス ケット	ハヤシライス 温野菜サラダ 豆腐スープ バナナ 人参スティック	煮込みうどん ほうじ茶 カルピスゼリー せんべい	こめ じゃが芋 油 三温糖 うどん	牛肉 ツナ缶 豆腐 チーズ カルピス ささ 牛乳	玉ねぎ 人参 サニーレタス レタス きゃべつ 小松菜 かぼちゃ わかめ アスパラ ほうれん草	

\* いろいろな食材を使っていますので、降園の前に「今日の給食の見本」をよくご覧になっていただき、ご家庭でも参考にいただければ幸いです。



# 4月分献立予定表(乳児)

NO1

秋川あすなろ保育園



	午前 おやつ	献立名	おやつ	主な使用材料名			エネ ルギー (kcal)	たん ぱく質 (g)	行事や旬の物 その他
				働く力やエネルギー のもとになるもの	血や肉のもとに なるもの	からだの調子を 整えるもの			
1/火	牛乳	鯛めし 鶏肉の照り焼き のらぼうのおひたし すまし汁 里芋のから揚げ ヤクルト	煮込みうどん 牛乳 桜蒸しパン	こめ 油 ザラメ 里芋 片栗粉 うどん 花麩 蒸しパンミックス	鯛 鶏肉 ヤクルト チーズ 牛乳	のらぼう ねぎ ほうれん草 人参 玉ねぎ かぼちゃ	540	23.5	<p>ご入園・ご進級 おめでとうございます</p>  <p>旬の食材を出来るだけ多く使った給食。 園児たちがモリモリ食べてくれる給食。 食べることが楽しいと思える給食。</p> <p>この様なことを考えながら調理一同、安心安全な給食を 今年度も一生懸命作っていきます。</p> <p>試食はいつでもしたいときに！</p> <p>有料(350円)にはなりますが、園児たちが普段どんな給食を 食べているのかを知っていただきたいという思いから受付しています。 (但し、申し訳ありませんが誕生日会の日には試食が集中しますので、 うさぎ組～ぞう組の誕生日の保護者のみにさせていただきます) 興味のある保護者の方は、試食日の数日前に各クラス担任に申し 出てください。</p> <p>園庭給食(お花見給食)</p> <p>桜の開花にあわせて、各クラスがみんなの家の利用者さんたちと 園庭でお花見をしながら、給食をたのしみます。</p> <p>小学校入学式(7/月)・中学校入学式(8/火)</p> <p>園にランドセル姿や、制服姿を見せに来てくれた卒園児に、 お祝いの意味を込めて、調理から美味しい何か？</p> <p>*メニューの青字は今月の誕生日のリクエストです。 ★献立表内の青字は、ぞう組の子供たちの誕生日に 誕生日リクエストメニューを取り入れて組んでいます。</p>     
2/水	牛乳	ごはん(桜でんぶ) とんかつ 凍り豆腐の煮物 みそ汁 菜の花のおひたし はっさく	おじや ほうじ茶 ヨーグルト バナナ	こめ 油 パン粉 小麦粉 じゃが芋	桜でんぶ しらす 豆腐 凍り豆腐 豚肉 ヨーグルト 牛乳	人参 菜の花 ほうれん草 ねぎ わかめ	522	24.6	
3/木	牛乳	食パン ささ身のゆかり風味揚げ シルバーサラダ 白菜スープ はっさく	野菜スープ せんべい ほうじ茶 さけおにぎり	食パン こめ 油 片栗粉 マヨドレ 春雨	ささ身 チーズ 豚肉 さけ 豆腐 凍り豆腐 牛乳	ブロッコリー レタス ほうれん草 赤ピーマン きゃべつ 玉ねぎ 白菜 小松菜 人参 きゃべつ 大根	504	20.8	
4/金	牛乳	カレーライス わかめサラダ チーズ 豆腐スープ はっさく	まぜごはん 牛乳 りんごゼリー ビスケット	こめ じゃが芋 油 三温糖	鶏肉 ツナ缶 チーズ 豆腐 ささ身 チーズ 牛乳	小松菜 玉ねぎ わかめ サニーレタス きゃべつ 人参 赤ピーマン ブロッコリー	570	20.6	
5/土	牛乳	焼きそば おでん ゆでブロッコリー チーズ わかめスープ はっさく	野菜スープ バナナ 牛乳 ツナサンド	焼きそば麺 油 マヨドレ ホットドックパン	豚肉 生揚げ チーズ 凍り豆腐 ツナ缶 牛乳	きゃべつ 人参 もやし 大根 小松菜 ピーマン 青のり わかめ 玉ねぎ ブロッコリー なら ねぎ かぼちゃ	545	23.1	
7/月	牛乳	ごはん きのこハンバーグ 菜の花のおひたし うのはな炒り すまし汁 いちご	おじや ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 油 三温糖 花麩	牛肉 油揚げ しらす 豚肉 おから 豆腐 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ えのき しめじ まいたけ 人参 きくらげ 小松菜 ほうれん草 菜の花	555	24.0	
8/火	牛乳	三色まぜごはん カジキの煮つけ のらぼうのおひたし 筑前煮 みそ汁 甘夏	おじや 牛乳 パスタティック	こめ パイ皮 ザラメ 三温糖 油 里芋	豚肉 桜でんぶ かじき 油揚げ しらす 牛乳	菜の花 たけのこ 人参 ほうれん草 ごぼう れんこん 白菜 ねぎ きゃべつ わかめ	520	23.4	
9/水	牛乳	食パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ ポトフ ヤクルト	おじや ほうじ茶 寒天プリン せんべい	食パン 片栗粉 油 マカロニ こめ マヨドレ じゃが芋	鶏肉 豚肉 しらす ホイップクリーム ヤクルト 牛乳	ブロッコリー 人参 レタス セロリ きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草	519	21.3	
10/木	牛乳	納豆ごはん ほうれん草のナムル 牛肉とごぼうのしぐれ煮 みそ汁 りんご	煮込みうどん 牛乳 ポテトフライ	こめ 三温糖 油 じゃが芋 うどん ごま油	納豆 牛肉 油揚げ 牛乳	ごぼう 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 大根 ねぎ 青のり	489	17.7	
11/金	牛乳	ごはん(桜でんぶ) チキン南蛮 フキの煮物 たら汁 甘夏	おじや 牛乳 よもぎ蒸しパン	こめ 片栗粉 油 ザラメ 蒸しパンミックス	桜でんぶ 鶏肉 凍り豆腐 たら 油揚げ しらす 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー フキ 人参 白菜 ほうれん草 大根 小松菜 よもぎ	557	23.6	
12/土	牛乳	肉うどん 大根とツナの煮物 きゃべつの炒め物 チーズ バナナ	野菜スープ ビスケット 牛乳 ホイップサンド	うどん ザラメ ごま油 三温糖 ホットドックパン	豚肉 油揚げ しらす ツナ缶 生揚げ チーズ ホイップクリーム 牛乳	まいたけ 玉ねぎ ねぎ 人参 きゃべつ ほうれん草 大根	548	20.7	
14/月	牛乳	ごはん 鶏肉のごま風味揚げ 割り干し大根の煮物 豚汁 新玉ねぎのおかか和え 甘夏	おじや ほうじ茶 スイートポテト	こめ ザラメ 油 里芋 さつま芋 三温糖	ごま 鶏肉 ツナ缶 豚肉 油揚げ 生揚げ バター しらす 牛乳	割り干し大根 人参 ひじき 小松菜 玉ねぎ 大根 ごぼう ねぎ 白菜 ほうれん草 きゃべつ	552	22.4	
15/火	牛乳	ハヤシライス グリーンサラダ 豆腐スープ ヤクルト	煮込みうどん ほうじ茶 カルピスゼリー せんべい	こめ じゃが芋 油 三温糖 うどん	牛肉 ツナ缶 チーズ 豆腐 ヤクルト カルピス ささ身 牛乳	玉ねぎ 人参 サニーレタス レタス きゃべつ 小松菜 かぼちゃ わかめ アスパラ ほうれん草	539	17.4	

# 4月分献立予定表

NO1

秋川あすなろ保育園



行事	献立名	おやつ	主な使用材料名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	行事や旬の物 その他
			働く力やエネルギー のもとになるもの	血や肉のもとに なるもの	からだの調子を 整えるもの			
1/火 進級 入園式	鯛めし 鶏肉の照り焼き のらぼうのおひたし すまし汁 里芋のから揚げ ヤクルト	牛乳 桜蒸しパン	こめ 油 ゼラメ 里芋 片栗粉 花麩 蒸しパンミックス	鯛 鶏肉 ヤクルト チーズ 牛乳	のらぼう ねぎ ほうれん草 人参	616	27.9	ご入園・ご進級 おめでとうございます
2/水	ごはん(桜でんぶ) とんかつ 凍り豆腐の煮物 みそ汁 菜の花のおひたし はっさく	ほうじ茶 ヨーグルト バナナ	こめ 油 パン粉 小麦粉	桜でんぶ 豚肉 豆腐 凍り豆腐 ヨーグルト	人参 菜の花 ほうれん草 ねぎ わかめ	618	28.7	旬の食材を出来るだけ多く使った給食。 園児たちがモリモリ食べてくれる給食。 食べるのが楽しいと思える給食。
3/木	食パン ささ身のゆかり風味揚げ シルバーサラダ 白菜スープ はっさく	ほうじ茶 さけおにぎり	食パン こめ 油 片栗粉 マヨドレ 春雨	ささ身 チーズ 豚肉 さけ 豆腐 凍り豆腐	ブロッコリー レタス 赤ピーマン きゃべつ 白菜 小松菜 人参	619	25.9	
4/金	カレーライス わかめサラダ チーズ 豆腐スープ はっさく	牛乳 りんごゼリー ビスケット	こめ じゃが芋 油 三温糖	鶏肉 ツナ缶 チーズ 豆腐 牛乳	小松菜 玉ねぎ わかめ サニーレタス きゃべつ 人参 赤ピーマン ブロッコリー	644	21.0	この様なことを考えながら調理一同、安心安全な給食を 今年度も一生懸命作っていきます。
5/土	焼きそば おでん ゆでブロッコリー チーズ わかめスープ はっさく	牛乳 ツナサンド	焼きそば麺 油 マヨドレ ホットドックパン	豚肉 生揚げ チーズ 凍り豆腐 ツナ缶	きゃべつ 人参 もやし ピーマン 青のり わかめ ブロッコリー なら ねぎ	654	28.2	
7/月	赤飯 きのこハンバーグ 菜の花のおひたし うのはな炒り すまし汁 いちご	ほうじ茶 ヨーグルト ビスケット	こめ 油 三温糖 花麩	小豆 牛肉 油揚げ 豚肉 おから 豆腐 ヨーグルト	玉ねぎ えのき しめじ まいたけ 人参 きくらげ 小松菜 ほうれん草 菜の花	638	27.5	試食はいつでもしたいときに！ 有料(350円)にはなりますが、園児たちが普段どんな給食を 食べているのかを知っていただきたいという思いから受付ています。 (但し、申し訳ありませんが誕生日会の日には試食が集中しますので、 うさぎ組～ぞう組の誕生日の保護者のみにさせていただきます) 興味のある保護者の方は、試食日の数日前に各クラス担任に申し 出てください。
8/火	三色まぜごはん カジキの煮つけ のらぼうのおひたし 筑前煮 みそ汁 甘夏	牛乳 パイスティック	こめ パイ皮 ゼラメ 三温糖 油 里芋	豚肉 桜でんぶ かじき 油揚げ	菜の花 たけのこ 人参 ごぼう れんこん 白菜 ねぎ きゃべつ わかめ	620	27.0	
9/水	食パン 鶏のから揚げ マカロニサラダ ポトフ ヤクルト	ほうじ茶 寒天プリン せんべい	食パン 片栗粉 油 マカロニ マヨドレ じゃが芋	鶏肉 豚肉 ホイップクリーム ヤクルト 牛乳	ブロッコリー 人参 レタス セロリ きゃべつ	635	25.4	園庭給食(お花見給食) 桜の開花にあわせて、各クラスがみんなの家の利用者さんたちと 園庭でお花見をしながら、給食をたのしみます。
10/木	納豆ごはん ほうれん草のナムル 牛肉とごぼうのしぐれ煮 みそ汁 りんご	牛乳 ポテトフライ	こめ 三温糖 油 じゃが芋 ごま油	納豆 牛肉 油揚げ 牛乳	ごぼう 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 大根 ねぎ 青のり	596	20.8	
11/金	ごはん(桜でんぶ) チキン南蛮 フキの煮物 たら汁 甘夏	牛乳 よもぎ蒸しパン	こめ 片栗粉 油 ゼラメ 蒸しパンミックス	桜でんぶ 鶏肉 凍り豆腐 たら 油揚げ 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー フキ 人参 白菜 大根 小松菜 よもぎ	654	27.2	小学校入学式(7/月)・中学校入学式(8/火) 園にランドセル姿や、制服姿を見せに来てくれた卒園児に、 お祝いの意味を込めて、調理から美味しい何かが？
12/土	肉うどん 大根とツナの煮物 きゃべつの炒め物 チーズ バナナ	牛乳 ホイップサンド	うどん ゼラメ ごま油 三温糖 ホットドックパン	豚肉 油揚げ しらす ツナ缶 生揚げ チーズ ホイップクリーム 牛乳	まいたけ 玉ねぎ ほうれん草 ねぎ 人参 大根 きゃべつ	628	23.6	
14/月	ごはん 鶏肉のごま風味揚げ 割り干し大根の煮物 豚汁 新玉ねぎのおかか和え 甘夏	ほうじ茶 スイートポテト	こめ ゼラメ 油 里芋 さつま芋 三温糖	ごま 鶏肉 ツナ缶 豚肉 油揚げ 生揚げ バター 牛乳	割り干し大根 人参 ひじき 小松菜 玉ねぎ 大根 ごぼう ねぎ 白菜	653	25.7	*メニューの青字は今月の誕生日のリクエストです。 ★献立表内の青字は、ぞう組の子供たちの誕生日に 誕生日リクエストメニューを取り入れて組んでいます。
15/火	ハヤシライス グリーンサラダ 豆腐スープ ヤクルト	ほうじ茶 カルピスゼリー せんべい	こめ じゃが芋 油 三温糖	牛肉 ツナ缶 チーズ 豆腐 ヤクルト カルピス	玉ねぎ 人参 サニーレタス レタス きゃべつ 小松菜 わかめ アスパラ	623	17.1	



令和7年度

4月延長食予定献立表



秋川あすなろ保育園

日	曜日	献立名	材料名	汁物	材料名
1	火	おじや	しらす かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草		
2	水	おかかおにぎり		すまし汁	麩 ほうれん草
3	木	煮込みうどん	ツナ じゃが芋 だいこん きゃべつ		
4	金	さけおにぎり		みそ汁	玉ねぎ ほうれん草
5	土	おじや	しらす かぼちゃ 小松菜 人参		
7	月	煮込みうどん	しらす ほうれん草 玉ねぎ 人参		
8	火	ゆかりおにぎり		すまし汁	豆腐 ほうれん草
9	水	煮込みうどん	しらす きゃべつ 玉ねぎ ほうれん草		
10	木	おじや	カレイ 小松菜 わかめ 人参		
11	金	煮込みうどん	しらす かぼちゃ 人参 ほうれん草		
12	土	焼きおにぎり		みそ汁	じゃが芋 わかめ
14	月	わかめおにぎり		すまし汁	きゃべつ 人参
15	火	おじや	ささ身 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草		
16	水	おじや	凍り豆腐 きゃべつ 大根 わかめ		
17	木	さけおにぎり		みそ汁	玉ねぎ 麩
18	金	煮込みうどん	しらす わかめ かぼちゃ 人参		
19	土	おじや	さけ じゃが芋 人参 わかめ		
21	月	ゆかりおにぎり		すまし汁	玉ねぎ 麩
22	火	おじや	しらす 麩 きゃべつ 人参		
23	水	煮込みうどん	しらす わかめ 麩 きゃべつ		
24	木	おかかおにぎり		みそ汁	じゃが芋 玉ねぎ
25	金	おじや	ツナ 大根 ほうれん草 わかめ		
26	土	焼きおにぎり		みそ汁	豆腐 かぼちゃ
28	月	煮込みうどん	しらす ほうれん草 さつま芋 人参		
30	水	おじや	しらす ブロッコリー 大根 わかめ		

## 【ぼたもち作り】

3月20日を挟んだ前後3日間がお彼岸でしたが、19日(火)のおやつに自分たちでぼたもちをつくり楽しみながら味わいました(うさぎ組～ぞう組)



## のらぼうと菜の花(白菜)

園の畑の「のらぼう」と「菜の花(白菜)」の収穫が始まりました。西秋留保育園やみんなの家にも分けながら、給食に活用していきます。



## 小学校と中学校の卒業式

毎年多くの卒園児が卒業式後に園に報告がてら顔を見せにきてくれます。

今年はお祝いの意味を込めて、それぞれに紅白まんじゅうを作り、プレゼントしました。

