

2024年



こんだてひょう



館第一すぎのこ保育園

日	曜	1・2歳午前おやつ	昼食	3時おやつ	栄養価(幼児)	
					エネルギー 脂質	タンパク質
1	月	飲むヨーグルト	ごはん 鶏肉の照り焼き のり和え みそ汁	牛乳 ジャムパン	511 Kcal 17 g	22.3 g
2	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン キャベツと鶏のミートローフ ほうれん草とコーンのソテー かぶのスープ	春の香りおにぎり スティックチーズ	491 Kcal 14 g	19.1 g
3	水	牛乳 きかん棒	ごはん ミルクカレー 大根サラダ	ヨーグルト和え クラッカー	473 Kcal 9.3 g	15.1 g
4	木	みかん ジュース スティック チーズ	ごはん 鯖の西京焼き おかか和え 豚汁	牛乳 じゃがたこ焼き	529 Kcal 15 g	27.9 g
5	金	牛乳 Hiガッキー	和風スパゲッティ アスパラサラダ 人参と小松菜のスープ	牛乳 揚げパン(シュガー)	559 Kcal 22 g	21.5 g
6	土	牛乳 きかん棒	焼肉丼 即席づけ すまし汁 オレンジ	せんべい フルーチェ	457 Kcal 11 g	15.9 g
8	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん マーボー豆腐 ブロッコリーのごま和え 中華スープ	牛乳 ちんすこう(きな粉)	643 Kcal 27 g	23.4 g
9	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン 鶏肉のオレンジ焼き カラフル炒め キャベツの スープ	チーズおにぎり たくあん	503 Kcal 17 g	19.4 g
10	水	牛乳 きかん棒	【お誕生日会】たけのこごはん 鮭の春焼き 梅おかか和え すまし汁 いちご	牛乳 お誕生日ケーキ	571 Kcal 22 g	29.5 g
11	木	みかん ジュース スティック チーズ	ごはん 高野豆腐つくね焼き 春雨中華サラダ みそ汁	牛乳 スパゲッティナポリタン	636 Kcal 20 g	27.3 g
12	金	牛乳 Hiガッキー	きつねうどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめおにぎり 浅漬けきゅうり	521 Kcal 7.9 g	18.9 g
13	土	牛乳 きかん棒	ケチャップライス スティック野菜 豆腐スープ	牛乳 ツナ&コーンパン	525 Kcal 19 g	20.4 g
15	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん 鶏肉の照り焼き のり和え みそ汁	牛乳 ジャムパン	511 Kcal 14 g	22.3 g
16	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン キャベツと鶏のミートローフ ほうれん草とコーンのソテー かぶのスープ	春の香りおにぎり スティックチーズ	491 Kcal 14 g	19.1 g
17	水	牛乳 きかん棒	ごはん ミルクカレー 大根サラダ	オレンジゼリー クラッカー	465 Kcal 9.3 g	14.3 g
18	木	みかん ジュース スティック チーズ	ごはん 鯖の西京焼き おかか和え 豚汁	牛乳 じゃがたこ焼き	529 Kcal 15 g	27.9 g
19	金	牛乳 Hiガッキー	和風スパゲッティ アスパラサラダ 人参と小松菜のスープ	牛乳 揚げパン(シュガー)	559 Kcal 22 g	21.5 g
20	土	牛乳 きかん棒	焼肉丼 即席づけ すまし汁 オレンジ	せんべい フルーチェ	457 Kcal 11 g	15.9 g
22	月	牛乳 ベジタブル せんべい	ごはん マーボー豆腐 ブロッコリーのごま和え 中華スープ	牛乳 ちんすこう(きな粉)	604 Kcal 23 g	22.8 g
23	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン 鶏肉のオレンジ焼き カラフル炒め キャベツの スープ	チーズおにぎり たくあん	503 Kcal 17 g	19.4 g
24	水	牛乳 きかん棒	ごはん 鮭の春焼き 梅おかか和え すまし汁	牛乳 マーラーカオ	564 Kcal 19 g	27.3 g
25	木	みかん ジュース スティック チーズ	ごはん 高野豆腐つくね焼き 春雨中華サラダ みそ汁	牛乳 スパゲッティナポリタン	636 Kcal 20 g	27.3 g
26	金	牛乳 Hiガッキー	きつねうどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめおにぎり 浅漬けきゅうり	521 Kcal 7.9 g	18.9 g
27	土	牛乳 きかん棒	ケチャップライス スティック野菜 豆腐スープ	牛乳 ツナ&コーンパン	525 Kcal 19 g	20.4 g
30	火	牛乳 豆花クッキー	ごはん 鯖の竜田揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁	いちご牛乳 らふく	560 Kcal 23 g	21.6 g

ご入園、ご進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの新年度が始まりました。最初は環境の変化に戸惑うお子さんもあるかもしれませんが、徐々に友達と一緒に食べる給食の時間が楽しみの1つになればいいなと思います。



### 保育園の給食について

- ・献立は1ヶ月に2度くり返しになっています。1ヶ月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子どもたちの反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
  - ・0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
  - ・2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
  - ・食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
  - ・煮干しや昆布でだしをとっています。
  - ・冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
  - ・カレーやシチューのルーも手作りです。
  - ・子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、麺類など)
- 子どもたちが健康に成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年もおいしい給食を作っていきます。



### 4月旬の食材

新じゃがいも、玉葱、春キャベツ、たけのこ、アスパラ...

保育園でも旬の野菜を取り入れたメニューがたくさん出ますよ。



### おやつ紹介 【らふく】

らふくはお糰子で作ったラスクです。

〈作り方〉

- ①溶かしたバターをお糰子全体に絡むように混ぜる
- ②砂糖を全体にまぶす
- ③フライパンで炒るか、180度に熱したオーブンで6〜8分程度焼く。

2024年



## 献立表(12か月頃～)



館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前おやつ	豆乳	3時おやつ
1	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 鶏肉の照り焼き のり和え みそ汁	牛乳 ジャムパン 野菜のスープ
2	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン キャベツと鶏のミートローフ ほうれん草とコーンのソテー かぶのスープ	牛乳 ゆかりおにぎり みそ汁
3	水	牛乳 ベビースティック	軟飯 野菜のクリーム煮 大根サラダ	ヨーグルト和え 大根スープ
4	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 白身魚の西京焼き おかか和え 具だくさん汁	牛乳 じゃがたこ焼き風 すまし汁
5	金	牛乳 Hiガッキー	和風スパゲッティ アスパラサラダ 小松菜のスープ	牛乳 揚げパン(シュガー) 人参スープ
6	土	牛乳 ベビースティック	そばろ丼 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁
8	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 豆腐のあんかけ ブロッコリーのごま和え 中華風スープ	牛乳 きな粉がゆ ブロッコリーのスープ
9	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン 鶏肉のオレンジ焼き カラフル炒め キャベツのスープ	チーズおにぎり みそ汁
10	水	牛乳 ベビースティック	【お誕生日会】たけのこごはん 鮭の春焼き 梅おかか和え すまし汁	牛乳 フルーツケーキ 大根スープ
11	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 高野豆腐つくね焼き 春雨中華サラダ みそ汁	牛乳 スパゲッティナポリタン 麴のスープ
12	金	牛乳 Hiガッキー	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめおにぎり みそ汁
13	土	牛乳 ベビースティック	ケチャップライス スティック野菜 豆腐スープ	牛乳 ツナ&コーンパン 小松菜のスープ
15	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 鶏肉の照り焼き のり和え みそ汁	牛乳 ジャムパン 野菜のスープ
16	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン キャベツと鶏のミートローフ ほうれん草とコーンのソテー かぶのスープ	牛乳 ゆかりおにぎり みそ汁
17	水	牛乳 ベビースティック	軟飯 野菜のクリーム煮 大根サラダ	ヨーグルト和え 大根スープ
18	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 白身魚の西京焼き おかか和え 具だくさん汁	牛乳 じゃがたこ焼き風 すまし汁
19	金	牛乳 Hiガッキー	和風スパゲッティ アスパラサラダ 小松菜のスープ	牛乳 揚げパン(シュガー) 人参スープ
20	土	牛乳 ベビースティック	そばろ丼 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁
22	月	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 豆腐のあんかけ ブロッコリーのごま和え 中華風スープ	牛乳 きな粉がゆ ブロッコリーのスープ
23	火	牛乳 豆花クッキー	米粉ロールパン 鶏肉のオレンジ焼き カラフル炒め キャベツのスープ	チーズおにぎり みそ汁
24	水	牛乳 ベビースティック	軟飯 鮭の春焼き 梅おかか和え すまし汁	牛乳 マーラーカオ 大根スープ
25	木	牛乳 かぼちゃのボーロ	軟飯 高野豆腐つくね焼き 春雨中華サラダ みそ汁	牛乳 スパゲッティナポリタン 麴のスープ
26	金	牛乳 Hiガッキー	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめおにぎり みそ汁
27	土	牛乳 ベビースティック	ケチャップライス スティック野菜 豆腐スープ	牛乳 ツナ&コーンパン 小松菜のスープ
30	火	牛乳 豆花クッキー	軟飯 鮭の竜田揚げ 切り干し大根の煮物 みそ汁	牛乳 らふく わかめスープ

ご入園、ご進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの新年度が始まりました。最初は環境の変化に戸惑うお子さんもいるかもしれませんが、徐々に友達と一緒に食べる給食の時間が楽しみの1つになればいいと思います。



## 保育園の給食について

- ・献立は1ヶ月に2度くり返しになっています。1ヶ月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子どもたちの反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
- ・0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
- ・2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
- ・食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
- ・煮干しや昆布でだしをとっています。
- ・冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
- ・カレーやシチューのルーも手作りで。
- ・子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、麺類など)



子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年もおいしい給食を作っていきます。

## 4月旬の食材

新じゃがいも、玉葱、春キャベツ、たけのこ、アスパラ...

保育園でも旬の野菜を取り入れたメニューがたくさん出ますよ。



## おやつ紹介 【らふく】

らふくはお麩で作ったラスクです。

〈作り方〉

- ①溶かしたバターをお麩全体に絡むように混ぜる
- ②砂糖を全体にまぶす
- ③フライパンで炒るか、180度に熱したオーブンで6～8分程度焼く。

2024年  4月

## 献立表(9~11か月頃)

館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	月	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 のり煮 みそ汁	米粉パン牛乳浸し 野菜のスープ ミルク
2	火	米粉ロールパン牛乳浸し キャベツと鶏のミートローフ煮 ほうれん草のソテー かぶのスープ	人参がゆ みそ汁 ミルク
3	水	全がゆ 野菜のクリーム煮 もみじおろし煮	野菜ぞうすい 大根スープ ミルク
4	木	全がゆ 白身魚のみそ煮 おかか煮 具だくさん汁	ポテトがゆ すまし汁 ミルク
5	金	煮込みうどん キャベツの柔らか煮 小松菜のスープ	パンがゆ 人参スープ ミルク
6	土	そばろがゆ 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁 ミルク
8	月	全がゆ 豆腐のあんかけ ブロッコリーの柔らか煮 中華風スープ	きな粉がゆ ブロッコリーのスープ ミルク
9	火	米粉ロールパン牛乳浸し 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と人参ソテー キャベツのスープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
10	水	【お誕生会】人参がゆ 鮭とおろし人参煮 おかか煮 すまし汁	ミルクリゾット 大根スープ ミルク
11	木	全がゆ 高野豆腐つくね焼き煮 春雨とキャベツの煮物 みそ汁	ミートスパゲッティ 麩のスープ ミルク
12	金	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめがゆ みそ汁 ミルク
13	土	キャロットリゾット ボイル野菜 豆腐スープ	ツナパンがゆ 小松菜のスープ ミルク
15	月	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 のり煮 みそ汁	米粉パン牛乳浸し 野菜のスープ ミルク
16	火	米粉ロールパン牛乳浸し キャベツと鶏のミートローフ煮 ほうれん草のソテー かぶのスープ	人参がゆ みそ汁 ミルク
17	水	全がゆ 野菜のクリーム煮 もみじおろし煮	野菜ぞうすい 大根スープ ミルク
18	木	全がゆ 白身魚のみそ煮 おかか煮 具だくさん汁	ポテトがゆ すまし汁 ミルク
19	金	煮込みうどん キャベツの柔らか煮 小松菜のスープ	パンがゆ 人参スープ ミルク
20	土	そばろがゆ 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁 ミルク
22	月	全がゆ 豆腐のあんかけ ブロッコリーの柔らか煮 中華風スープ	きな粉がゆ ブロッコリーのスープ ミルク
23	火	米粉ロールパン牛乳浸し 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と人参ソテー キャベツのスープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
24	水	全がゆ 鮭と野菜煮 おかか煮 すまし汁	マーラーカオ牛乳浸し 大根スープ ミルク
25	木	全がゆ 高野豆腐つくね焼き煮 春雨とキャベツの煮物 みそ汁	ミートスパゲッティ 麩のスープ ミルク
26	金	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめがゆ みそ汁 ミルク
27	土	キャロットリゾット ボイル野菜 豆腐スープ	ツナパンがゆ 小松菜のスープ ミルク
30	火	全がゆ 鮭の甘辛煮 野菜の煮物 みそ汁	らふく牛乳浸し わかめスープ ミルク

ご入園、ご進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの新年度が始まりました。最初は環境の変化に戸惑うお子さんもいるかもしれませんが、徐々に友達と一緒に食べる給食の時間が楽しみの1つになればいいと思います。



## 保育園の給食について

- ・献立は1ヶ月に2度くり返しになっています。1ヶ月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子どもたちの反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
- ・0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
- ・2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
- ・食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
- ・煮干しや昆布でだしをとっています。
- ・冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
- ・カレーやシチューのルーも手作りで。
- ・子どもたちは1回の食事で食べられる量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、麺類など)
- 子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年もおいしい給食を作っていきます



## 4月旬の食材

新じゃがいも、玉葱、春キャベツ、たけのこ、アスパラ...

保育園でも旬の野菜を取り入れたメニューがたくさん出ますよ。



## おやつ紹介 【らふく】

らふくはお麩で作ったラスクです。

〈作り方〉

- ①溶かしたバターをお麩全体に絡むように混ぜる
- ②砂糖を全体にまぶす
- ③フライパンで炒るか、180度に熱したオーブンで6~8分程度焼く。

2024年



## 献立表(7~8か月頃)



館第一すぎのこ保育園

日	曜	午前食	午後食
1	月	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 のり煮 みそ汁	米粉パンがゆ 野菜のスープ ミルク
2	火	米粉パンがゆ キャベツのそぼろ煮 ほうれん草の柔らか煮 かぶのスープ	人参がゆ みそ汁 ミルク
3	水	全がゆ 野菜のミルク煮 もみじおろし煮	野菜ぞうすい 大根スープ ミルク
4	木	全がゆ 白身魚のみそ煮 おかか煮 具だくさん汁	ポテトがゆ すまし汁 ミルク
5	金	煮込みうどん キャベツの柔らか煮 小松菜のスープ	米粉パンがゆ 人参スープ ミルク
6	土	そぼろがゆ 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁 ミルク
8	月	全がゆ 豆腐のあんかけ ブロッコリーの柔らか煮 中華風スープ	きな粉がゆ ブロッコリーのスープ ミルク
9	火	米粉パンがゆ 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と人参のマッシュ キャベツのスープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
10	水	【お誕生日会】人参がゆ 鮭とおろし人参煮 おかか煮 すまし汁	ミルクリゾット 大根スープ ミルク
11	木	全がゆ じゃが芋そぼろあんかけ 春雨とキャベツの煮物 みそ汁	洋風うどん 麩のスープ ミルク
12	金	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめがゆ みそ汁 ミルク
13	土	キャロットリゾット 野菜の柔らか煮 豆腐スープ	米粉パンがゆ 小松菜のスープ ミルク
15	月	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 のり煮 みそ汁	米粉パンがゆ 野菜のスープ ミルク
16	火	米粉パンがゆ キャベツのそぼろ煮 ほうれん草の柔らか煮 かぶのスープ	人参がゆ みそ汁 ミルク
17	水	全がゆ 野菜のミルク煮 もみじおろし煮	野菜ぞうすい 大根スープ ミルク
18	木	全がゆ 白身魚のみそ煮 おかか煮 具だくさん汁	ポテトがゆ すまし汁 ミルク
19	金	煮込みうどん キャベツの柔らか煮 小松菜のスープ	米粉パンがゆ 人参スープ ミルク
20	土	そぼろがゆ 人参の甘煮 すまし汁	豆腐おかかがゆ みそ汁 ミルク
22	月	全がゆ 豆腐のあんかけ ブロッコリーの柔らか煮 中華風スープ	きな粉がゆ ブロッコリーのスープ ミルク
23	火	米粉パンがゆ 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と人参のマッシュ キャベツのスープ	おかかがゆ みそ汁 ミルク
24	水	全がゆ 鮭と野菜煮 おかか煮 すまし汁	鮭がゆ 大根スープ ミルク
25	木	全がゆ じゃが芋そぼろあんかけ 春雨とキャベツの煮物 みそ汁	洋風うどん 麩のスープ ミルク
26	金	鶏うどん かぼちゃの甘煮 トマト	わかめがゆ みそ汁 ミルク
27	土	キャロットリゾット 野菜の柔らか煮 豆腐スープ	米粉パンがゆ 小松菜のスープ ミルク
30	火	全がゆ 鮭の甘辛煮 野菜の煮物 みそ汁	らふくミルク煮 わかめスープ ミルク

ご入園、ご進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの新年度が始まりました。最初は環境の変化に戸惑うお子さんもいるかもしれませんが、徐々に友達と一緒に食べる給食の時間が楽しみの1つになればいいなと思います。



## 保育園の給食について



- ・献立は1ヶ月に2度くり返しになっています。1ヶ月に2回繰り返すことによって、子どもたちに新しい食材や料理に慣れてもらったり、子どもたちの反応を見ながら食材の切り方や調理方法などを工夫することができます。
  - ・0歳児は月齢に応じて離乳食になります。
  - ・2歳児クラスまでは、午前のおやつがあります。
  - ・食中毒予防のため、果物以外はすべて加熱しています。
  - ・煮干しや昆布でだしをとっています。
  - ・冷凍食品の料理は使わず、給食調理員が手作りをしています。
  - ・カレーやシチューのルーも手作りです。
  - ・子どもたちは1回の食事ですべての量が少ないため、保育園のおやつは食事を補う軽食メニューになっています。(おにぎり、麺類など)
- 子どもたちが健やかに成長し、食べることが大好きな子どもになることを願い、今年もおいしい給食を作っていきます



## 4月旬の食材

新じゃがいも、玉葱、春キャベツ、たけのこ、アスパラ...

保育園でも旬の野菜を取り入れたメニューがたくさん出ますよ。



## おやつ紹介 【らふく】

らふくはお麩で作ったラスクです。

〈作り方〉

- ①溶かしたバターをお麩全体に絡むように混ぜる
- ②砂糖を全体にまぶす
- ③フライパンで炒るか、180度に熱したオーブンで6~8分程度焼く。