

# 令和7年4月 献立表

# 山ノ本こども園

日 (曜日)	14・28 日(月)	1・15 日(火)	2・16・30 日(水)	3・17 日(木)	4・18 日(金)	5・19 日(土)	7・21 日(月)	8・22 日(火)	9・23 日(水)	10・24 日(木)	11・25 日(金)	12・26 日(土)
	牛丼 なめこ汁	ごはん 白雪ひじき かぼちゃと たまねぎのみそ汁	ごはん 豚汁 あらめとお揚げの 炊いたん	ごはん さけの磯辺焼き 小松菜と にんじんの浸し しめじとわかめのすまし汁	鶏なんぼ ちんげん菜と ツナのナムル	ごはん 肉豆腐 きゅうりともやしの 甘酢和え	ごはん 豚肉と 厚揚げの炒め物 はくさいと しめじのすまし汁	ロールパン 白身魚のムニエル ブロッコリーと人参のサラダ コロコロ野菜スープ 牛乳	ハヤシライス ツナサラダ	ごはん さわらのしょうが煮 ほうれんそうの おかか和え 若竹汁	ミートソース スパゲティ キャベツと コーンのサラダ	ごはん 豚肉と野菜の五目炒め 豆腐と わかめのすまし汁
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g
	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g
	米 40.0 牛肉 26.0 にんじん 11.3 たまねぎ 45.0 糸こんにゃく 7.5 ねぎ 3.8 油 0.5 濃口しょうゆ 1.7 砂糖 0.8 酒 0.6 みりん 0.6 かつお昆布だし 37.5 なめこ 7.0 じゃがいも 22.5 ねぎ 2.4 みそ 4.5 かつお昆布だし 100	米 40.0 鶏肉(細切れ) 20.0 とうふ 60.0 ひじき 1.2 たまねぎ 28.2 にんじん 14.6 きぬさや 2.7 油 0.7 砂糖 2.5 薄口しょうゆ 2.5 かぼちゃ 27.0 たまねぎ 9.4 みそ 4.5 かつお昆布だし 100	米 40.0 豚肉 20.0 だいこん 18.0 にんじん 9.7 はくさい 28.2 青ねぎ 1.9 みそ 4.5 かつお昆布だし 100 あらめ 3.0 にんじん 5.0 油揚げ 5.5 大豆(水煮) 4.5 油 0.7 濃口しょうゆ 2.0 砂糖 1.0 かつお昆布だし 7.0	米 40.0 生さけ 40.0 マヨドレ 3.3 青のり 0.1 食塩 0.1 小松菜 25.0 にんじん 4.8 花かつお 0.5 濃口しょうゆ 0.7 しめじ 6.3 干わかめ 0.2 薄口しょうゆ 2.5 かつお昆布だし 100	ゆでうどん 100 鶏肉(細切れ) 25.0 油揚げ 7.0 にんじん 9.7 青ねぎ 1.9 薄口しょうゆ 5.0 かつお昆布だし 140 ちんげん菜 29.8 ツナ油漬缶 7.0 にんじん 6.8 酢 0.8 砂糖 0.5 濃口しょうゆ 1.0 ごま油 0.5	米 40.0 牛肉 25.0 とうふ 40.0 にんじん 15.0 たまねぎ 38.0 はくさい 10.0 青ねぎ 3.0 油 0.7 砂糖 1.5 濃口しょうゆ 3.0 薄口しょうゆ 2.0 みりん 0.7 酒 1.0 水 15.0 きゅうり 15.0 もやし 20.0 しめじ 1.0 砂糖 0.8 薄口しょうゆ 0.8	米 40.0 豚肉 30.0 酒 0.4 濃口しょうゆ 0.4 しょうが 0.3 厚揚げ 15.0 にんじん 14.6 たまねぎ 18.8 ピーマン 6.8 油 2.0 砂糖 0.4 酢 0.1 食塩 0.8 じゃがいも 27.0 にんじん 4.8 スープの素 0.8 ごま油 1.0 水 110 牛乳 100	ロールパン 40.0 白身魚 40.0 食塩 0.2 小麦粉 3.0 油 0.7 ブロッコリー 25.0 にんじん 7.0 コーン缶 5.0 油 3.0 酢 2.0 食塩 0.1 砂糖 0.8 じゃがいも 27.0 にんじん 4.8 スープの素 0.8 ごま油 1.0 水 110 牛乳 100	米 40.0 牛肉 25.0 たまねぎ 37.6 じゃがいも 22.5 にんじん 14.6 油 0.7 スープの素 0.7 水 70.0 ケチャップ 15.0 ウスターソース 2.0 赤ぶどう酒 2.5 米粉 3.0 ツナ缶 16.0 わかめ 1.2 きゅうり 12.0 キャベツ 20.0 酢 1.6 ごま油 0.8 薄口しょうゆ 1.6 砂糖 0.8	米 40.0 さわら 40.0 しょうが 0.6 濃口しょうゆ 3.0 水 0.0 ほうれんそう 27.0 にんじん 6.8 花かつお 0.5 薄口しょうゆ 0.7 たけのこ 3.5 干わかめ 0.2 とうふ 20.0 薄口しょうゆ 2.5 かつお昆布だし 100	スパゲティ 30.0 油 0.7 豚ミンチ 20.0 たまねぎ 18.8 にんじん 6.8 にんにく 0.6 ホールマト缶詰 20.0 赤ぶどう酒 3.0 ケチャップ 10.0 スープの素 0.8 パン粉 2.0 水 0.0 キャベツ 20.5 にんじん 6.8 スナップエンドウ 3.8 コーン缶 7.0 油 3.0 食塩 0.1	米 40.0 豚肉 25.0 たまねぎ 14.1 キャベツ 25.5 にんじん 6.8 ピーマン 5.9 マロニー 3.0 ごま油 0.7 しょうが 0.5 濃口しょうゆ 1.5 みりん 0.5 食塩 0.1 豆腐 30.0 干わかめ 0.2 薄口しょうゆ 2.5 かつお昆布だし 100
	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ	おやつ
	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 スイートポテト	牛乳 ネーブルオレンジ	牛乳 さくら色ケーキ	牛乳 たけのこごはん おにぎり	牛乳 マカロニのきな粉和え	牛乳 バナナ	お茶 わかめおにぎり	牛乳 アップルヨーグルトケーキ	牛乳 ピーチヨーグルト	牛乳 揚げないじゃがポテト	牛乳 クラッカーサンド
	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料	材料
	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g	乳児 g
	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g	幼児 g
	牛乳 100 小麦粉 20.0 ベーキングパウダー 1.0 砂糖 7.0 水 18.0 ココア(ビュアココア) 0.6	牛乳 100 さつまいも 54.0 砂糖 5.0 バター 1.5 牛乳 5.0	牛乳 100 ネーブルオレンジ 38.5	牛乳 100 米粉 18.0 ベーキングパウダー 0.5 豆乳 20.0 いちごジャム 10.0 砂糖 2.0 油 6.0	牛乳 100 米 25.0 油揚げ 3.2 たけのこ 4.5 薄口しょうゆ 2.0 かつお昆布だし 1.2 食塩 0.0	牛乳 100 マカロニ 10.0 きな粉 4.0 砂糖 2.0	牛乳 100 バナナ 60.0	お茶 100 米 25.0 ふりかけわかめ 0.2	牛乳 100 小麦粉 12.0 ベーキングパウダー 0.2 バター 3.2 ヨーグルト 6.4 砂糖 4.8 卵 9.6 りんご 6.4	牛乳 100 もも缶 20.0 ヨーグルト(無糖) 65.0 砂糖 2.0	牛乳 100 じゃがいも 54.0 油 2.7	牛乳 100 クラッカー 15.0 いちごジャム 8.0
夕方 おやつ	マリービスケット	ぱりんこ	ムーンライト	ぼたぼた焼き	チョイス	まがりせんべい	雪の宿	ムーンライト	マリービスケット	ぼたぼた焼き	チョイス	ぱりんこ

\* 重量は可食量(食品のうち食べられる部分の量)で示しています。  
\* 少量、適量の場合に、「0.0」と示しています。(食塩、水など)

