

2024年度 4月 乳幼児食予定献立表

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

| 日 | 曜日 | 献立 | | 材料 | | | 栄養価 | |
|---------------|-------------|---|--|--|--|---|------------|----------|
| | | 昼食 | おやつ | カ・熱になるもの | 血・肉になるもの | 身体の調子を整えるもの | 1食分 (kcal) | タンパク質(g) |
| 1 ・ 30 | 月 ・ 火 | ★丸パン(幼児)/ロールパン(乳児) クリームシチュー フルーツサラダ | 牛乳 ピース入り しらすおにぎり いちご | 丸パン/ロールパン なたね油 じゃが芋 バター 小麦粉 きび糖 胚芽米 | 牛乳 鶏肉 しらす スキムミルク 鶏がらスープ | 玉葱 人参 ブロッコリー きゃべつ きゅうり パイン缶 みかん缶 グリーンピース いちご | 585 | 24.9 |
| 2 ・ 16 | 火 | ごはん ★牛肉とさつまいもの煮物 ★かぶとわかめの甘酢漬け 味噌汁 | 牛乳 バナナ蒸しパン | 胚芽米 さつまいも きび糖 小麦粉 バター 上白糖 | 牛乳 牛肉 大豆 煮干(出汁用) | 人参 れんこん 絹さや かぶ きゃべつ えのき わかめ バナナ 塩麴 | 514 | 17.5 |
| 3 ・ 17 | 水 | ごはん 豚肉の生姜焼き 小松菜とじゃこの和えもの 味噌汁 | 牛乳 焼きそば オレンジ | 胚芽米 なたね油 きび糖 蒸し中華麺 | 牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ 鶏肉 煮干(出汁用) | 青のり 玉葱 生姜 にんにく 小松菜 人参 もやし ねぎ にら なす 大根 きゃべつ オレンジ | 514 | 25.3 |
| 4 ・ 18 | 木 | ★カレーうどん フライドポテト | 牛乳 ふき入り みそ焼きおにぎり バナナ | うどん 片栗粉 じゃが芋 米粉 なたね油 胚芽米 きび糖 | 牛乳 鶏肉 高野豆腐 かつお節(出汁用) | 青のり 玉葱 人参 白菜 しめじ ふき バナナ 小松菜 カレー粉 | 540 | 19.7 |
| 5 ・ 19 | 金 | ごはん さばと大根の炒り煮 五目和え すまし汁 | 豆乳 フルーツヨーグルト | 胚芽米 米粉 なたね油 きび糖 ごま油 粉糖 | 豆乳 さば ロースハム 油揚げ プレーンヨーグルト かつお節(出汁用) | こんにゃく いんげん きゅうり 大根 人参 生姜 もやし いちご 南瓜 ほうれん草 みかん缶 もも缶 ぶどう缶 | 565 | 24.3 |
| 6 ・ 20 | 土 | やきとり丼 ブロッコリーとツナのサラダ スープ | 豆乳 ソフトせんべい かぼちゃポーロ | 胚芽米 なたね油 きび糖 片栗粉 じゃが芋 せんべい ポーロ | 豆乳 鶏肉 ツナ缶 かつお節(出汁用) | コーン缶 ねぎ きざみのり 小松菜 人参 きゃべつ しめじ ブロッコリー | 566 | 22.2 |
| 8 ・ 22 | 月 | たけのこごはん じゃが芋のそぼろ煮 きゃべつのおかか和え 味噌汁 | 牛乳 オレンジ 2色サンド (手作り苺ジャム& きなこ) | 胚芽米 食パン じゃが芋 なたね油 片栗粉 蜂蜜 きび糖 バター 上白糖 | 牛乳 豚ひき肉 油揚げ かつお節 高野豆腐 きな粉 煮干(出汁用) | たけのこ 人参 干椎茸 玉葱 きゃべつ アスパラガス こねぎ いちご チンゲン菜 レモン オレンジ | 521 | 20.4 |
| 9 ・ 23 | 火 | ★ゆきぐみオリジナル春野菜カレー シルバーサラダ | 牛乳 いちごゼリー クラッカー | 胚芽米 押麦 なたね油 じゃが芋 蜂蜜 バター 小麦粉 春雨 上白糖 クラッカー ノエッグマヨネーズ | 牛乳 豚肉 大豆ミート ロースハム 鶏がらスープ | 寒天 ゼラチン 生姜 にんにく 玉葱 人参 セロリ きゃべつ レタス たけのこ そら豆 りんご きゅうり いちご カレー粉 | 582 | 21.1 |
| 10 ・ 24 | 水 | ごはん 鮭のムニエル 納豆和え すまし汁 | 牛乳 10: ★どら焼き、いちご 24: ★いちごの パンケーキ | 胚芽米 米粉 蜂蜜 なたね油 バター 小麦粉 オリーブ油 ごま油 24: いちごジャム | 牛乳 鮭 納豆 10: 豆乳 あんこ 24: おから かつお節(出汁用) | 人参 えのき きざみのり ねぎ かぶ ほうれん草 白菜 しめじ いちご | 562 | 25 |
| 11 ・ 25 | 木 | ミートソースパゲティー ブロッコリーと油揚げのサラダ スープ | 牛乳 アップルスイートポテト 春巻き | スパゲティー なたね油 片栗粉 きび糖 春巻きの皮 さつまいも 上白糖 バター | 牛乳 豚ひき肉 大豆ミート 油揚げ かつお節(出汁用) | 玉葱 人参 セロリ きゃべつ もやし ブロッコリー りんご カリフラワー | 558 | 23.1 |
| 12 ・ 26 | 金 | ごはん 鱈入りつみれ団子の甘酢がけ きゃべつとウィンナーソーテー 若竹汁 | 牛乳 オレンジフレンチ トースト | 胚芽米 きび糖 上白糖 片栗粉 なたね油 パン粉 白玉麩 食パン バター | 牛乳 あじ 鶏ひき肉 ウィンナー かつお節(出汁用) | 玉葱 人参 ピーマン しめじ きゃべつ アスパラガス たけのこ オレンジジュース りんご | 525 | 21.1 |
| 13 ・ 27 | 土 | 鶏と高野豆腐のあんかけ丼 さつまいもフレンチ スープ | 豆乳 キャロットロール | 胚芽米 なたね油 きび糖 片栗粉 さつまいも キャロットロール | 豆乳 鶏肉 高野豆腐 かつお節(出汁用) | 玉葱 人参 小松菜 きゅうり ブロッコリー カリフラワー | 539 | 19.5 |
| 15 | 月 | イースターエッグおにぎり 【ゆかり・わかめ・コーン・鮭・(幼 塩昆布)】 ★塩から揚げ、しょうゆフレンチ 味噌汁 | 牛乳 イースターエッグドーナツ 【シガー、ココア、きな粉、 (幼 抹茶)】 | 胚芽米 きび糖 米粉 ココア なたね油 片栗粉 さつまいも 小麦粉 グラニュー糖 | 牛乳 鮭 鶏肉 豆乳 おから きな粉 煮干(出汁用) | にんにく 生姜 小松菜 人参 ゆかり きゃべつ こねぎ 炊き込みわかめ コーン缶 幼児: 塩昆布 抹茶粉 | 615 | 24.9 |

※土曜日のおやつキャロットロールパン及びお菓子には、卵・乳は含まれません。

★はゆきぐみ誕生児のリクエストメニューです。

※献立内容をよくご確認の上、はじめての食材は使用予定日より前に必ずご家庭でお試し下さい。何かありましたら、ご相談下さい。

※当日、献立内容が変更となる場合がありますがご了承ください。

※乳児は午前(9時頃)に午前おやつとして調整豆乳がつきます。

※0、1歳児クラスは果物が昼食につきます。

【食物アレルギー特定原材料28品目】

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生
あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、
ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、
りんご、ゼラチン、アーモンド

※食物アレルギー特定原材料28品目とは:

食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として定められているものです。

1段階目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が義務づけられています。

2段階目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように勧められているものです。

以上のことも参考に食材の確認をお願いします。

新ゆきぐみの春野菜オリジナルカレーの具材は、

たけのこ、そら豆、新じゃが芋、きゃべつ、レタスに決まりました!



イースター礼拝の日を祝して、特別メニューです!

イースターエッグハントをイメージして、カラフルなミニおにぎりを作ります!

おやつもミニドーナツのまわりに色々な味をつけて、楽しめるようにします!!

おたのしみに!