

# 献立表

2024/04月分

ハピネス保育園南光台東(一般)

日	曜	午前時おやつ	昼食	午後おやつ	
01	月	牛乳	御飯,クリームシチュー,切干大根と小松菜のソテー,りんご	牛乳,ぱりんこ	
02	火	牛乳	御飯,たらのみそマヨ焼き,ちくわと青菜のさっと煮,けんちん汁,バナナ	牛乳,星たべよ	
03	水	牛乳	御飯,スタミナ納豆,昆布の煮物,切り干し大根のみそ汁,オレンジ	牛乳,かぼちゃの茶巾	
04	木	りんごジュース	マーボー丼,もやしのナムル,はるさめと海苔のスープ,キウイフルーツ	牛乳,ギョース アスバラガス	
05	金	牛乳	御飯,ぶりの角煮,ひじきの煮物,にらのみそスープ,りんご	牛乳,いちごジャムサンド	
06	土	麦茶,星たべよ	鶏の照り焼き丼,納豆と大根のみそ汁,グレープフルーツ	麦茶,ぼたぼた焼	
07	日	お休み			
08	月	牛乳	ビーンズライス,コンソメスープ,キウイフルーツ	牛乳,うす焼きせんべい	
09	火	鉄入り牛乳	御飯,ぶりと野菜の煮物,こまつな海苔和え,さつまいもとしめじのみそ汁,オレンジ	牛乳,白い風船	
10	水	牛乳	三色そばろ丼,はるさめサラダ,中華スープ,バナナ	牛乳,コーンマヨトースト	
11	木	ドリンクヨーグルト	御飯,さけのみそマヨ焼き,さつまいもとちくわの煮物,青菜のすまし汁,りんご	牛乳,ぼたぼた焼き	
12	金	牛乳	御飯,じゃが芋と鶏肉の煮物,豆腐のごまネーズ,わかめのみそ汁,グレープフルーツ	麦茶,フルーチェ	
13	土	麦茶,うす焼きせんべい	五目うどん,豚肉のしょうが焼き,キウイフルーツ	麦茶,ココナッツサブレ	
14	日	お休み			
15	月	牛乳	カレーライス,切干し大根のサラダ,オレンジ	牛乳,ギョース アスバラガス	
16	火	牛乳	御飯,さばのおろし煮,にんじんしりしり,つぶし大豆のみそ汁,バナナ	牛乳,ぱりんこ	
17	水	牛乳	御飯,納豆のみそ炒め,かぼちゃの甘煮,青菜とえのきのすまし汁,グレープフルーツ	牛乳,マカロニきなこと	
18	木	ぶどうジュース	御飯,レバーと芋の甘辛煮,ブロッコリーのゴママヨあえ,豆腐のみそ汁,りんご	牛乳,白い風船	
19	金	牛乳	ツナと干しいたけの炊き込み御飯,塩だれチキン,もやしときゅうりの中華和え,クリームかぼちゃ,豆腐とほうれん草の	牛乳,ふかし芋	
20	土	麦茶,ぼたぼた焼	コーンラーメン,ピーマンとソーセージのソテー,キウイフルーツ	麦茶,星たべよ	
21	日	お休み			
22	月	牛乳	和風カレー丼,きゅうりともやしの酢の物,じゃがいものみそ汁,オレンジ	牛乳,ホームパイ	
23	火	鉄入り牛乳	わかめ御飯,鮭の西京焼き,さつまいもと昆布の煮物,小松菜のすまし汁,バナナ	牛乳,ココナッツサブレ	
24	水	牛乳	ミートスパゲティ,きのことオクラのスープ,りんご	牛乳,わかめおにぎり	
25	木	りんごジュース	御飯,さわらの利休焼き,ほうれん草のおかか和え,わかめとえのきの味噌汁,グレープフルーツ	牛乳,味しらべ	
26	金	牛乳	御飯,鶏肉のコーン焼き,卵の花,白菜のすまし汁,キウイフルーツ	牛乳,バナナケーキ	
27	土	麦茶,うす焼きせんべい	御飯,ツナじゃが,もやしのみそ汁,オレンジ	麦茶,ホームパイ	
28	日	お休み			
29	月	お休み			
30	火	鉄入り牛乳	御飯,松風焼き,ウマッコリー,なめこ豆腐のみそ汁,りんご	牛乳,クラッカー(リッツ)	

	I栄養 - kcal	たんぱく g	脂質 g	食塩 g
3才未満児	429	18.4	13.5	1.4
目標量	458	17.2	12.7	1.5

今週のオススメ さわらの利休焼き

春が旬のさわらを、ごましょうゆダレに漬けて焼きあげます。



☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。  
☆春は旬の食材がたくさんあります。おいしいものを食べてパワーアップ!!

# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
01(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 クリームシチュー 切干大根と小松菜のソテー りんご	全粥 クリームシチュー りんご	7倍粥 クリームシチュー りんご	10倍粥 野菜のスープ りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 どうぶつビスケット	麦茶 どうぶつビスケット	麦茶 ハイハイ	ミルク
02(火)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさつと煮 けんちん汁 バナナ	全粥 さけのみそ煮 けんちん汁 バナナ	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ	10倍粥 野菜煮 バナナマッシュ ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
03(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	全粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	7倍粥 納豆 たまねぎのすまし汁 オレンジ	10倍粥 玉ねぎと豆腐のだし煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃの茶巾	麦茶 かぼちゃの茶巾	麦茶 かぼちゃの茶巾	ミルク
04(木)	午前おやつ	牛乳 りんごジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	マーボー丼(軟飯) もやしのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ	全粥 鶏ひきと豆腐の炒めもの 海苔スープ キウイフルーツ	7倍粥 豆腐のだし煮 ほうれんそうのスープ オレンジ	10倍粥 豆腐のだし煮 ほうれんそうのスープ ミルク
	午後おやつ	牛乳 バナナクッキー	麦茶 バナナクッキー	麦茶 小魚せんべい	ミルク
05(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 にらのみそスープ りんご	全粥 さけのしょうゆ煮 さつまいのみそ汁 りんご	7倍粥 さけ煮 さつまいのすまし汁 りんご	10倍粥 にんじんとさつまいのさつまい煮 りんごのくす煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 いちごジャムサンド	麦茶 オレンジ	麦茶 オレンジ	ミルク
06(土)	午前おやつ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	ミルク
	昼食	鶏の照り焼き丼(軟飯) 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	全粥 鶏肉のさつまい煮 納豆と大根のみそ汁 オレンジ	7倍粥 納豆 大根のすまし汁 オレンジ	10倍粥 豆腐と大根のだし煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
08(日)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	ビーンズライス(軟飯) コンソメスープ キウイフルーツ	全粥 野菜のトマト煮 コンソメスープ キウイフルーツ	7倍粥 野菜のトマト煮 コンソメスープ オレンジ	10倍粥 野菜のさつまい煮 オレンジくす湯 ミルク
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃクッキー	麦茶 かぼちゃクッキー	麦茶 小魚せんべい	ミルク
09(火)	午前おやつ	鉄入り牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 ぶりと野菜の煮物 こまつなの海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	全粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	7倍粥 さけと野菜の煮物 小松菜のすまし汁 オレンジ	10倍粥 さつまいものミルクマッシュ オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 動物ビスケット	麦茶 動物ビスケット	麦茶 ハイハイ	ミルク
10(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	三色そぼろ丼(軟飯) はるさめサラダ 中華スープ バナナ	全粥 そぼろ煮 えのきのスープ バナナ	7倍粥 野菜のさつまい煮 人参スープ バナナ	10倍粥 野菜のさつまい煮 バナナマッシュ ミルク
	午後おやつ	牛乳 コーンマヨトースト	麦茶 りんご	麦茶 りんご	ミルク
11(木)	午前おやつ	ドリンクヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 さけのみそマヨ焼き さつまいもとちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご	全粥 さけのしょうゆ煮 青菜のすまし汁 りんご	7倍粥 さけのだし煮 青菜のすまし汁 りんご	10倍粥 豆腐と野菜煮 りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ひじきせんべい	ミルク

# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
12(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 豆腐のごまネーズ わかめのみそ汁 グレープフルーツ	全粥 じゃが芋と鶏肉の煮物 わかめのみそ汁 オレンジ	7倍粥 じゃが芋と鶏肉のだし煮 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 ほうれん草のだし煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
13(土)	午前おやつ	麦茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	ミルク
	昼食	五目うどん 豚肉のしょうが焼き キウイフルーツ	野菜うどん 豚肉と玉ねぎのトロみ煮 キウイフルーツ	野菜うどん 玉ねぎとツナのトロみ煮 りんご	10倍粥 野菜のトロみ煮 玉ねぎのだし煮 ミルク
	午後おやつ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
15(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	カレーライス 切干し大根のサラダ わかめスープ オレンジ	全粥 ポトフ 豆腐のすまし汁 オレンジ	7倍粥 ポトフ 豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 ポトフ オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ハイハイン	ミルク
16(火)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 さばのおろし煮 にんじんしりしり つぶし大豆のみそ汁 バナナ	全粥 さけのおろし煮 つぶし大豆のみそ汁 バナナ	7分粥 さけのおろし煮 たまねぎスープ バナナ	10倍粥 たまねぎスープ バナナマッシュ ミルク
	午後おやつ	牛乳 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
17(水)	午前おやつ	りんごジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 青菜とえのきのすまし汁 バナナ	全粥 納豆のみそ炒め 青菜とえのきのすまし汁 バナナ	7倍粥 納豆 青菜とかぼちゃのすまし汁 バナナ	10倍粥 野菜のトロみ煮 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ	麦茶 マカロニきなこ	麦茶 小魚せんべい	ミルク
18(木)	午前おやつ	ぶどうジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐のみそ汁 りんご	全粥 レバーと芋の甘辛煮 豆腐のみそ汁 りんご	7倍粥 野菜の煮物 豆腐のすまし汁 りんご	10倍粥 野菜の煮物 りんご果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	ミルク
19(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	ツナと干しいたけの炊き込み御飯 塩だれチキン もやしときゅうりの中華和え クリームかぼちゃ 豆腐とほうれん草のスープ オレンジ	全粥 豆腐のそぼろあん クリームかぼちゃ ツナとほうれん草のスープ オレンジ	7倍粥 豆腐あんかけ クリームかぼちゃ ツナとほうれん草のスープ オレンジ	10倍粥 豆腐あんかけ かぼちゃとほうれん草のミルクスープ ミルク
	午後おやつ	牛乳 ふかし芋	麦茶 ふかし芋	麦茶 ふかし芋	ミルク
20(土)	午前おやつ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
	昼食	コーンラーメン ピーマンとソーセージのソテー キウイフルーツ	全粥 野菜煮 キウイフルーツ	7倍粥 野菜煮 オレンジ	10倍粥 たまねぎとにんじんのだし煮 オレンジのくず湯 ミルク
	午後おやつ	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
22(月)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	和風カレー丼(軟飯) きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	全粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものすまし汁 オレンジ	10倍粥 豆腐と野菜の煮物 オレンジ果汁 ミルク
	午後おやつ	牛乳 バナナクッキー	麦茶 バナナクッキー	麦茶 小魚せんべい	ミルク

# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食5~6
23(火)	午前おやつ	鉄入り牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	わかめ軟飯 鮭の西京焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ	全粥 鮭の西京焼き 小松菜のすまし汁 バナナ	7倍粥 鮭のだし煮 小松菜のすまし汁 バナナ	10倍粥 小松菜のとりみ煮 バナナマッシュ ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ハイハイン	ミルク
24(水)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	ミートスパゲティー きのこオクラのスープ りんご	和風スパゲティー きのこのスープ りんご	和風スパゲティー 人参のミルクスープ りんご	10倍粥 豆腐と玉ねぎのだし煮 人参のミルクスープ ミルク
	午後おやつ	牛乳 わかめおにぎり	麦茶 オレンジ	麦茶 オレンジ	ミルク
25(木)	午前おやつ	りんごジュース	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 さわらの利休焼き ほうれん草のおかか和え わかめとえのきの味噌汁 グレープフルーツ	全粥 さけの照り焼き わかめとえのきのすまし汁 バナナ	7倍粥 さけのだし煮 ほうれん草のすまし汁 バナナ	10倍粥 ほうれん草のすまし汁 バナナのミルク煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 動物ビスケット	麦茶 動物ビスケット	麦茶 ひじきせんべい	ミルク
26(金)	午前おやつ	牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 白菜のすまし汁 りんご	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 白菜のすまし汁 りんご	7倍粥 鶏肉のとりみ煮 にんじんと白菜のすまし汁 りんご	10倍粥 野菜と豆腐のだし煮 りんご煮 ミルク
	午後おやつ	牛乳 バナナケーキ	麦茶 バナナ	麦茶 バナナ	ミルク
27(土)	午前おやつ	麦茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	麦茶 ハイハイン	ミルク
	昼食	軟飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ	全粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ	7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 オレンジ	10倍粥 じゃがいもとにんじんのマッシュ オレンジのくず湯 ミルク
	午後おやつ	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	麦茶 小魚せんべい	ミルク
30(火)	午前おやつ	鉄入り牛乳	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	ミルク
	昼食	軟飯 松風焼き かぼちゃの甘煮 なめこ豆腐のみそ汁 りんご	全粥 松風焼き なめこ豆腐のみそ汁 りんご	7倍粥 かぼちゃの甘煮 豆腐のすまし汁 りんご	10倍粥 かぼちゃのマッシュ オレンジ果汁 すりりんご ミルク
	午後おやつ	牛乳 ウエハース	麦茶 ウエハース	麦茶 ハイハイン	ミルク

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆お子さんに合わせてミルクの提供を行います。

☆春は旬の食材がたくさんあります。おいしいものを食べてパワーアップ!!



# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	小麦・卵アレルギー		
01(月)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 クリームシチュー 切干大根と小松菜のソテー りんご	御飯 クリームシチュー 切干大根と小松菜のソテー りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 ぱりんこ	牛乳 ハイハイン		
02(火)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	御飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ		
	午後おやつ	調製豆乳 皇たべよ	牛乳 ひじきせんべい		
03(水)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	御飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 オレンジ		
	午後おやつ	調製豆乳 かぼちゃの茶巾	牛乳 かぼちゃの茶巾		
04(木)	午前おやつ	りんごジュース	りんごジュース		
	昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ キウイフルーツ		
	午後おやつ	調製豆乳 ギョーザ アスパラガス	牛乳 小魚せんべい		
05(金)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 にらのみそスープ りんご	御飯 ぶりの角煮 ひじきの煮物 にらのみそスープ りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 いちごジャムサンド	牛乳 いちごジャムサンド(米粉パン使用)		
06(土)	午前おやつ	麦茶 皇たべよ	麦茶 ハイハイン		
	昼食	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ		
	午後おやつ	麦茶 ぼたぼた焼	麦茶 ひじきせんべい		
08(月)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	ビーンズライス コンソメスープ キウイフルーツ	ビーンズライス コンソメスープ キウイフルーツ		
	午後おやつ	調製豆乳 うす焼きせんべい	牛乳 小魚せんべい		
09(火)	午前おやつ	調製豆乳	鉄入り牛乳		
	昼食	御飯 ぶりと野菜の煮物 こまつなの海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	御飯 ぶりと野菜の煮物 こまつなの海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ		
	午後おやつ	調製豆乳 ぱりんこ	牛乳 白い風船		
10(水)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	三色そぼろ丼 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	三色そぼろ丼 はるさめサラダ 中華スープ バナナ		
	午後おやつ	牛乳 コーンマヨトースト	牛乳 コーンマヨトースト(米粉パン使用)		
11(木)	午前おやつ	調製豆乳	ドリンクヨーグルト		
	昼食	御飯 さけのみそマヨ焼き さつまいもとちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご	御飯 さけのみそマヨ焼き さつまいもとちくわの煮物 青菜のすまし汁 りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 ぼたぼた焼	牛乳 ひじきせんべい		

# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	小麦・卵アレルギー		
12(金)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 豆腐のごまネーズ わかめのみそ汁 グレープフルーツ	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 豆腐のごまネーズ わかめのみそ汁 グレープフルーツ		
	午後おやつ	麦茶 ツナおにぎり	麦茶 フルーチェ		
13(土)	午前おやつ	麦茶 うす焼きせんべい	麦茶 うす焼きせんべい		
	昼食	五目うどん 豚肉のしょうが焼き キウイフルーツ	御飯 豚肉のしょうが焼き 五目汁 キウイフルーツ		
	午後おやつ	麦茶 星たべよ	麦茶 小魚せんべい		
15(月)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	カレーライス 切干し大根のサラダ オレンジ	カレーライス 切干し大根のサラダ オレンジ		
	午後おやつ	調製豆乳 ギルバ スバラガス	牛乳 ハイハイン		
16(火)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 さばのおろし煮 にんじんしりしり つぶし大豆のみそ汁 バナナ	御飯 さばのおろし煮 にんじんしりしり つぶし大豆のみそ汁 バナナ		
	午後おやつ	調製豆乳 ぱりんこ	牛乳 ひじきせんべい		
17(水)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 青菜とえのきのすまし汁 グレープフルーツ	御飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの甘煮 青菜とえのきのすまし汁 グレープフルーツ		
	午後おやつ	調製豆乳 マカロニきなこ	牛乳 マカロニきなこ(米粉マカロニ使用)		
18(木)	午前おやつ	ぶどうジュース	ぶどうジュース		
	昼食	御飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐のみそ汁 りんご	御飯 レバーと芋の甘辛煮 ブロッコリーのゴママヨあえ 豆腐のみそ汁 りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 味しらべ	牛乳 白い風船		
19(金)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	ツナと干しいたけの炊き込み御飯 塩だれチキン もやしときゅうりの中華和え クリームかぼちゃ 豆腐とほうれん草のスープ オレンジ	ツナと干しいたけの炊き込み御飯 塩だれチキン もやしときゅうりの中華和え クリームかぼちゃ 豆腐とほうれん草のスープ オレンジ		
	午後おやつ	調製豆乳 ふかし芋	牛乳 ふかし芋		
22(月)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	和風カレー丼 きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	和風カレー丼 きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ		
	午後おやつ	調製豆乳 ギルバ スバラガス	牛乳 小魚せんべい		
23(火)	午前おやつ	調製豆乳	鉄入り牛乳		
	昼食	わかめ御飯 鮭の西京焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ	わかめ御飯 鮭の西京焼き さつま芋と昆布の煮物 小松菜のすまし汁 バナナ		
	午後おやつ	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ハイハイン		
24(水)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	ミートスパゲティー きのこオクラのスープ りんご	ミートライス きのこオクラのスープ りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 わかめおにぎり	牛乳 わかめおにぎり		

# 献立表

2024年04月

ハピネス保育園南光台東

日付	時間帯	卵・牛乳アレルギー	小麦・卵アレルギー		
25(木)	午前おやつ	りんごジュース	りんごジュース		
	昼食	御飯 さわらの利休焼き ほうれん草のおかか和え わかめとえのきの味噌汁 グレープフルーツ	御飯 さわらの利休焼き ほうれん草のおかか和え わかめとえのきの味噌汁 グレープフルーツ		
	午後おやつ	調製豆乳 味しらべ	牛乳 ひじきせんべい		
26(金)	午前おやつ	調製豆乳	牛乳		
	昼食	御飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 白菜のすまし汁 キウイフルーツ	御飯 鶏肉のコーン焼き 卵の花 白菜のすまし汁 キウイフルーツ		
	午後おやつ	調製豆乳 バナナケーキ	牛乳 バナナ		
27(土)	午前おやつ	麦茶 うす焼きせんべい	麦茶 ハイハイ		
	昼食	御飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ	御飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 オレンジ		
	午後おやつ	麦茶 ぼたぼた焼き	麦茶 小魚せんべい		
30(火)	午前おやつ	調製豆乳	鉄入り牛乳		
	昼食	御飯 松風焼き ウマッコリー なめこと豆腐のみそ汁 りんご	御飯 松風焼き ウマッコリー なめこと豆腐のみそ汁 りんご		
	午後おやつ	調製豆乳 星たべよ	牛乳 ハイハイ		

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

☆春は旬の食材がたくさんあります。おいしいものを食べてパワーアップ!!

