

令和8年4月献立表

乳児食

母子愛育会ナーサリールーム

日	献立名			あか	黄	みどり
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1 水	牛乳	ご飯(80) わかめのすまし汁 豚肉のバーベキューソース オレンジ 麦茶	お好み焼き 牛乳	牛乳 豚ばら さくらえび 豚 ひき肉(赤身) 削り節 あおのり	ごはん 調合油 砂糖 薄力粉 片栗粉 マヨネーズ(卵なし)	だいこん わかめ キャベツ たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) オレンジ にん じん
2 木	牛乳	食パン 豆乳コーンスープ タンドリー チキン(豆乳) コールスローサラダ 麦茶	さつま芋ときな粉の ステーキ みかん缶 牛乳	牛乳 豆乳 若鶏 もも(皮 なし) きなこ	食パン じゃがいも オリーブ油 調合 油 砂糖 オレンジジュース さつまいも	たまねぎ コーン にんじん キャベツ レーズン みかん缶
3 金	牛乳	ご飯(80) 白菜の中華スー プ 鱈の甘酢あんかけ さつ ま芋のレーズン煮 パナナ	ツナトースト 牛乳	牛乳 たら ツナ	ごはん ごま油 片栗粉 調合油 砂糖 さつまいも 食パン マヨネーズ(卵な し)	はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマ ン レーズン パナナ
4 土	牛乳	肉豆腐丼 お麩の味噌汁 な すのごま和え りんご 麦茶	ごま塩おにぎり海苔 風味 りんごゼリー 牛乳	牛乳 豆腐 豚もも みそ あおのり	ごはん 調合油 砂糖 片栗粉 お麩 黒すりごま 白ごま リンゴジュース	はくさい たまねぎ にんじん なす り んご
6 月	牛乳	ピーマンそぼろ丼 じゃがい もの味噌汁 かぼちゃの胡麻 和え オレンジ 麦茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	牛乳 鶏むねひき肉 みそ	ごはん ごま油 砂糖 じゃがいも 黒 すりごま 薄力粉 調合油 さつまいも	青ピーマン たまねぎ なす かぼちゃ オレンジ
7 火	牛乳	食パン キャベツといんげん のスープ さけのパン粉焼き ポテトサラダ 麦茶	きつねおにぎり み かん缶 牛乳	牛乳 さけ 油揚げ	食パン 薄力粉 パン粉 オリーブ油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) ごはん 調合油	キャベツ さやいんげん きゅうり コー ン みかん缶
8 水	牛乳	ご飯(80) とうふ入りわかめ のスープ 豚肉の甘みそ炒 め パナナ 麦茶	メロンパントースト 牛乳	牛乳 豆腐 豚ばら みそ	ごはん 調合油 砂糖 食パン パター 薄力粉	わかめ こねぎ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ パナナ
9 木	牛乳	しらすとキャベツのパスタ 豆 腐の甘酢サラダ オレンジ 麦茶	カレー風味おにぎり ぶどうゼリー 牛乳	牛乳 しらす 豆腐 ツナ	スパゲッティ(ゆで) オリーブ油 片栗 粉 砂糖 白すりごま ごま油 ごはん 調合油 ぶどうジュース	キャベツ たまねぎ えのきたけ トマト オレンジ
10 金	牛乳	ご飯(80) 具だくさん炒め味 噌汁 たららの漬焼き はる さめサラダ みかん缶 麦茶	キャロットパウンド ケーキ 牛乳	牛乳 油揚げ みそ たら 豆乳	ごはん さつまいも ごま油 調合油 はるさめ 砂糖 薄力粉	だいこん にんじん はくさい ねぎ きゅうり みかん缶 レーズン
11 土	牛乳	親子丼 さつま汁 ほうれん 草のゆかり和え りんご 麦茶	ツナ入りじゃが芋も ち 牛乳	牛乳 鶏もも 卵 みそ ツ ナ	ごはん 調合油 砂糖 さつまいも ご ま油 じゃがいも 片栗粉 パター	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ ほう れんそう ゆかり りんご
13 月	牛乳	ツナカレー フレンチサラダ みかんヨーグルト(30) 麦茶	バナナケーキ 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト き なこ 豆乳	ごはん じゃがいも 調合油 砂糖 薄 力粉	にんじん たまねぎ ブロッコリー カリ フラワー みかん缶 パナナ
14 火	牛乳	あんかけ焼きそば 小松菜 の卵中華スープ りんご 麦 茶	ゆかりおにぎり オ レンジゼリー 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 卵	中華麺 調合油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごはん オレンジジュース	はくさい たまねぎ にんじん もやし ごまつな りんご ゆかり
15 水	牛乳	ご飯(80) わかめのすまし汁 豚肉のバーベキューソース オレンジ 麦茶	お好み焼き 牛乳	牛乳 豚ばら さくらえび 豚 ひき肉(赤身) 削り節 あおのり	ごはん 調合油 砂糖 薄力粉 片栗粉 マヨネーズ(卵なし)	だいこん わかめ キャベツ たまねぎ 黄パプリカ(果実、生) オレンジ にん じん
16 木	牛乳	食パン 豆乳コーンスープ タンドリー チキン(豆乳) コールスローサラダ 麦茶	さつま芋ときな粉の ステーキ みかん缶 牛乳	牛乳 豆乳 若鶏 もも(皮 なし) きなこ	食パン じゃがいも オリーブ油 調合 油 砂糖 オレンジジュース さつまいも	たまねぎ コーン にんじん キャベツ レーズン みかん缶
17 金	牛乳	ご飯(80) 白菜の中華スー プ 鱈の甘酢あんかけ さつ ま芋のレーズン煮 パナナ	ツナトースト 牛乳	牛乳 たら ツナ	ごはん ごま油 片栗粉 調合油 砂糖 さつまいも 食パン マヨネーズ(卵な し)	はくさい たまねぎ にんじん 青ピーマ ン レーズン パナナ
18 土	牛乳	肉豆腐丼 お麩の味噌汁 な すのごま和え りんご 麦茶	ごま塩おにぎり海苔 風味 りんごゼリー 牛乳	牛乳 豆腐 豚もも みそ あおのり	ごはん 調合油 砂糖 片栗粉 お麩 黒すりごま 白ごま リンゴジュース	はくさい たまねぎ にんじん なす り んご
20 月	牛乳	ピーマンそぼろ丼 じゃがい もの味噌汁 かぼちゃの胡麻 和え オレンジ 麦茶	さつま芋蒸しパン 牛乳	牛乳 鶏むねひき肉 みそ	ごはん ごま油 砂糖 じゃがいも 黒 すりごま 薄力粉 調合油 さつまいも	青ピーマン たまねぎ なす かぼちゃ オレンジ
21 火	牛乳	食パン キャベツといんげん のスープ さけのパン粉焼き ポテトサラダ 麦茶	きつねおにぎり み かん缶 牛乳	牛乳 さけ 油揚げ	食パン 薄力粉 パン粉 オリーブ油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ(卵なし) ごはん 調合油	キャベツ さやいんげん きゅうり コー ン みかん缶
22 水	牛乳	ご飯(80) とうふ入りわかめ のスープ 豚肉の甘みそ炒 め パナナ 麦茶	メロンパントースト 牛乳	牛乳 豆腐 豚ばら みそ	ごはん 調合油 砂糖 食パン パター 薄力粉	わかめ こねぎ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ パナナ
23 木	牛乳	しらすとキャベツのパスタ 豆 腐の甘酢サラダ オレンジ 麦茶	カレー風味おにぎり ぶどうゼリー 牛乳	牛乳 しらす 豆腐 ツナ	スパゲッティ(ゆで) オリーブ油 片栗 粉 砂糖 白すりごま ごま油 ごはん 調合油 ぶどうジュース	キャベツ たまねぎ えのきたけ トマト オレンジ
24 金	牛乳	ご飯(80) 具だくさん炒め味 噌汁 たららの漬焼き はる さめサラダ みかん缶 麦茶	キャロットパウンド ケーキ 牛乳	牛乳 油揚げ みそ たら 豆乳	ごはん さつまいも ごま油 調合油 はるさめ 砂糖 薄力粉	だいこん にんじん はくさい ねぎ きゅうり みかん缶 レーズン
25 土	牛乳	親子丼 さつま汁 ほうれん 草のゆかり和え りんご 麦茶	ツナ入りじゃが芋も ち 牛乳	牛乳 鶏もも 卵 みそ ツ ナ	ごはん 調合油 砂糖 さつまいも ご ま油 じゃがいも 片栗粉 パター	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ ほう れんそう ゆかり りんご
27 月	牛乳	ツナカレー フレンチサラダ みかんヨーグルト(30) 麦茶	バナナケーキ 牛乳	牛乳 ツナ ヨーグルト き なこ 豆乳	ごはん じゃがいも 調合油 砂糖 薄 力粉	にんじん たまねぎ ブロッコリー カリ フラワー みかん缶 パナナ
28 火	牛乳	あんかけ焼きそば 小松菜 の卵中華スープ りんご 麦 茶	ゆかりおにぎり オ レンジゼリー 牛乳	牛乳 豚 ひき肉(赤身) 卵	中華麺 調合油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごはん オレンジジュース	はくさい たまねぎ にんじん もやし ごまつな りんご ゆかり
30 木	牛乳	食パン 豆乳コーンスープ タンドリー チキン(豆乳) コールスローサラダ 麦茶	さつま芋ときな粉の ステーキ みかん缶 牛乳	牛乳 豆乳 若鶏 もも(皮 なし) きなこ	食パン じゃがいも オリーブ油 調合 油 砂糖 オレンジジュース さつまいも	たまねぎ コーン にんじん キャベツ レーズン みかん缶

調味料:かつおだし、塩、醤油、ケチャップ、酢、みりん、料理酒、チキンコンソメ、中濃ソース、カレー粉、カレールウ、ベーキングパウダー、アガーを使用しています

栄養価 : エネルギー 454kcal たんぱく質 17.6g 脂質 14.2g カルシウム 197mg 鉄 1.26mg 食塩 1.3g