



# わんぱく保育園献立表(4月分)



9:30			11:00			15:00			離乳食							
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期	初期	中期	後期
1	木	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の味噌汁 豚肉のうま煮 きやべつのはちま和え	牛乳 りんご蒸しパン	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ きやべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 豆腐スープ きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のやわらか煮
2	金	牛乳 あられ	ご飯 柑橘類 鶏肉の豆乳クリーム煮 もやしとにらの和え物	ぶどうゼリー	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	7倍かゆ 野菜スープ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮
3	土	ジュース ポーロ	ご飯 実だくさんの味噌汁 じゃがいものそぼろ煮	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ おじやかゆ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐
5	月	牛乳 せんべい	ご飯 人参の味噌汁 煮込みハンバーグ きやべつと胡瓜の和え物	お茶 おにぎり	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 数のあけぼの煮	7倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ きやべつスープ 数のあけぼの煮	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが
6	火	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の清汁 牛肉の甘辛煮 わかめと胡瓜のツナサラダ	ヨーグルト和え	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮
7	水	牛乳 お米スナック	ご飯 玉ねぎの味噌汁 白身魚の煮付 ブロッコリーの昆布和え	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮
8	木	牛乳 ポーロ	ご飯 いちご 麻婆豆腐 野菜のごま酢和え	カルピスかん	10倍かゆ チンゲン菜のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 豆腐の味噌煮	7倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮
9	金	牛乳 クッキー	ご飯 じゃが芋の味噌汁 切干大根の炒め煮 白ごまつくね	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮
10	土	牛乳 せんべい	ご飯 わんぱくカレー じゃこサラダ	牛乳 あられ	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮
12	月	牛乳 ぼん菓子	ご飯 えのき茸の清汁 じゃが芋と豚肉のうま煮 もやしの和え物	牛乳 カレー風味の ホットケーキ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 人参のうま煮	7倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 野菜スープ 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮
13	火	牛乳 ヨーンスナック	ご飯 トマト くずし豆腐 スパゲティサラダ	牛乳 ココア入り蒸しパン	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ トマトスープ 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮
14	水	牛乳 おかき	ご飯 小松菜の味噌汁 白身魚のカレー煮 三色和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮魚
15	木	牛乳 クッキー	ケチャップライス 豆腐スープ ミックス野菜 豚肉コロケ バナナ	牛乳 いちごゼリー	10倍かゆ 豆腐のつぶし煮	7倍かゆ きやべつスープ 豆腐の味噌煮	7倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ きやべつスープ 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが
16	金	牛乳 ウエハース	ご飯 玉ねぎの味噌汁 栄養きんぴら 胡瓜のゆかり和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 数のべたべた煮
17	土	牛乳 せんべい	ご飯 ハヤシシチュー しょうゆフレンチ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ おじやかゆ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮
19	月	牛乳 サブレ	ご飯 わかめの味噌汁 鶏肉の甘辛煮 ポテトサラダ	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	7倍かゆ わかめスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮
20	火	牛乳 クッキー	ご飯 ビーフ汁 ひじきの煮付 ウインナー りんご	牛乳 黒ごまきな粉サンド	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 煮豆腐
21	水	牛乳 ビスケット	ご飯 小松菜の味噌汁 白身魚の利休煮 パンサンスー	牛乳 豆乳ババロア	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 小松菜のスープ 魚の利休煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 魚の利休煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮
22	木	牛乳 ポテトスナック	ご飯 コンソメスープ つくね揚げ 緑紅浸し	お茶 おにぎり	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	7倍かゆ 野菜スープ ほうれん草のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮
23	金	牛乳 ビスケット	ご飯 きやべつの味噌汁 ポークビーンズ 胡瓜のごま和え	牛乳 チーズ入り蒸しパン	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	7倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 きやべつのうま煮
24	土	牛乳 せんべい	ご飯 野菜スープ 牛肉と野菜のうま煮	牛乳 ぼん菓子	10倍かゆ 人参のやわらか煮	7倍かゆ 野菜スープ 粉ふき芋	7倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 野菜スープ 粉ふき芋	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のじゃこ煮
26	月	牛乳 ビスケット	ご飯 五目炒め豆腐 シルバーサラダ、バナナ	牛乳 ピーチゼリー	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	7倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 清汁 きやべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 数のあけぼの煮
27	火	牛乳 ヨーンスナック	ご飯 魚の団子汁 南瓜のそぼろ煮 野菜の甘酢和え	牛乳 ドーナツ	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 すり身のあんかけ	7倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 味噌汁 すり身のあんかけ	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物	5倍かゆ 豆腐スープ 南瓜の煮物
28	水	牛乳 ビスケット	ご飯 えのき茸の清汁 豚肉の炒り煮 胡瓜と人参のおかか和え	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 数のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが
30	金	牛乳 ウエハース	ご飯 チキンカレー 大豆サラダ	牛乳 ヨーグルト	10倍かゆ きやべつのやわらか煮	7倍かゆ わかめスープ きやべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ わかめスープ きやべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 グリンピースのやわらか煮