



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	10:30		10:45		14:30	
1	金	牛乳 コーンスナック	ご飯 みかん 鶏肉の豆乳クリーム煮 もやしとにらの和え物	牛乳 アップルケーキ	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ 豆乳スープ 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 豆乳スープ グリンピースのやわらか煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
2	土	牛乳 ボーロ	ご飯 実だくさんの味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮	牛乳 せんべい	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のじゃこ煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
4	月	牛乳 せんべい	ご飯 麩の味噌汁 牛肉の甘辛煮	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 豆腐スープ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 豆腐スープ じゃが芋の甘煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
5	火	牛乳 せんべい	ご飯 五目炒め豆腐 シルバーサラダ いちご	牛乳 ココア入り蒸しパン	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのやわらか煮	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
6	水	牛乳 あられ	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	お茶 おにぎり	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
7	木	牛乳 パンフライチップ	ご飯 ビーフ汁 ひじきの煮付 ウインナー	牛乳 カルピスかん	10倍かゆ 人参マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参の甘煮	7倍かゆ きゃべつスープ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参の甘煮	5倍かゆ きゃべつスープ グリンピースのやわらか煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
8	金	牛乳 コーンスナック	ご飯 じゃが芋の味噌汁 赤魚の煮付 きゃべつのごま和え	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
9	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 わんぱくカレー じゃこサラダ	牛乳 せんべい	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
11	月	牛乳 せんべい	ご飯 ぐずし豆腐 スパゲティサラダ バナナ	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	7倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	5倍かゆ きゃべつスープ 麩のあげぼの煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
12	火	牛乳 クッキー	ご飯 ほうれん草の清汁 鶏肉の炒り煮 胡瓜と人参のおかか和え	ヨーグルト和え	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	7倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ 清汁 じゃこじゃが	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
13	水	牛乳 せんべい	ご飯 きゃべつの味噌汁 豚肉のうま煮 ハンサムスー	お茶 おにぎり	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
14	木	牛乳 ウエハース	ご飯 コンソメスープ つくね揚げ 緑紅浸し	牛乳 カレー風味の ホットケーキ	10倍かゆ グリーンマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ ほうれん草スープ きゃべつのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ ほうれん草スープ きゃべつのじゃこ煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
15	金	牛乳 お米スナック	ご飯 魚の団子汁 じゃが芋のベーコン煮 胡瓜ともやしのゆかり和え	ぶどうゼリー	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 あげぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 あげぼの煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
16	土	牛乳 ボーロ	ご飯 ハヤシチュー しょうゆフレンチ	牛乳 あられ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ おじやかゆ 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ おじやかゆ 豆腐の味噌煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
18	月	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の味噌汁 鶏肉の甘辛煮 ポテトサラダ	牛乳 豆乳ババロア	10倍かゆ あげぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参の甘煮	7倍かゆ 野菜スープ そぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 人参の甘煮	5倍かゆ 野菜スープ そぼろあんかけ	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
19	火	牛乳 ビスケット	ご飯 わかめスープ ポークビーンズ 三色和え	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
20	水	牛乳 ポテトスナック	ご飯 にゅうめん いわしの梅煮 胡瓜のごま和え	牛乳 チーズ入り蒸しパン	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ 人参のごま煮	7倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 人参のごま煮	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の白煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
21	木	牛乳 クッキー	ご飯 ミックスピラフ 豆腐の清汁 豚肉のコロッケ ミックス野菜 みかん	牛乳 いちごゼリー	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
22	金	牛乳 サブレ	ご飯 玉ねぎの味噌汁 栄養きんぴら 胡瓜の昆布和え	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 そぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 そぼろあんかけ	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
23	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 野菜スープ 牛肉と野菜のうま煮	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	5倍かゆ 豆腐スープ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
25	月	牛乳 ウエハース	ご飯 中華スープ 煮込みハンバーグ きゃべつと胡瓜の和え物	お茶 おにぎり	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ 清汁 ほうれん草のうま煮	7倍かゆ きゃべつスープ じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ きゃべつスープ じゃが芋のきな粉和え	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
26	火	牛乳 紫芋スナック	ご飯 えのき茸の味噌汁 肉じゃが ミックス野菜	牛乳 豆乳ドーナツ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
27	水	牛乳 ビスケット	ご飯 小松菜の清汁 赤魚の利休煮 ブロッコリーの昆布和え	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ ブロッコリーマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
28	木	牛乳 クッキー	ご飯 チキンカレー 大豆サラダ バナナ	ヨーグルト	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ きゃべつスープ グリンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ きゃべつスープ グリンピースのやわらか煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
30	土	牛乳 せんべい	ご飯 肉うどん わかめと胡瓜のツナサラダ	牛乳 ボーロ	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	7倍かゆ おじやかゆ 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ おじやかゆ 人参のそぼろ煮	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30