

2025年 4月上旬

りにゅうしょくこんだてよていひょう (ひよこ・こりす)

社会福祉法人 路交館

幼保連携型認定こども園 北丘聖愛園

地域子育てセンター北丘

2025.3.28

日付	完了期 ひるごはん	後期	3時おやつ (10か月頃～)	材 料 名			中期	初期	材料名	行事 食育活動
		10か月頃～		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	7ヶ月ごろ～	6ヶ月ごろ～		
01 火	ハヤシライス グリーンサラダ くだもの	ハヤシライス ブロッコリーの煮浸 缶詰	ゴマスコーン 牛乳	七分つき米、チルドポテト、 ○小麦粉、○ねりごま、 フレンチドレッシング(分離型)、 ○砂糖、油	○牛乳、牛肉、○調製豆乳	いちご、玉葱、人参、 レタス、胡瓜、 ○いちごジャム、 にんにく、しょうが	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 スープ おかゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 スープ つぶしがゆ	鯛 ブロッコリー(人参) 米	入園式 あひる休園日
02 水	コロッケ 和風コールスロー みそ汁(玉葱) 七分つき米(納豆)	ハムステーキ キャベツの煮浸 みそ汁(玉葱) 七分つき米(納豆)	コーンフレーク牛乳かけ (ミルクかけ)	七分つき米、油	○牛乳、納豆、 米みそ(淡色辛みそ)、 ちりめんじゃこ、 カットわかめ	きゃべつ、 トマト*、 玉葱、 レタス、 青葱	豆腐のくす煮 キャベツの煮浸 みそ汁 おかゆ	豆腐のくす煮 キャベツの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 キャベツ(人参) 米	
03 木	焼肉風味め物 ちりめんじゃこ みそ汁(麩) 七分つき米(納豆)	焼肉風味め物 南瓜の煮物 みそ汁(麩) 七分つき米(納豆)	きなこクッキー 牛乳	七分つき米、 ○小麦粉、 ○マーガリン、 ○砂糖、 油、 おつゆ麩	○牛乳、 牛肉、 納豆、 ししゃも、 ○卵、 米みそ(淡色辛みそ)、 ○きな粉、 うす揚、 ちりめんじゃこ	きゃべつ、 玉葱、 竹の子(ゆで)、 人参、 ピーマン、 青葱	白身魚のくす煮 南瓜の煮物 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 南瓜の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	鯛 南瓜(オクラ) 米	
04 金	チキンライス ブロッコリーのごまあえ フライドポテト スープ(オクラ)	チキンライス マッシュポテト スープ(オクラ)	さくらまんじゅう 麦茶	七分つき米、 スマイルポテト、 油、 砂糖	鶏モモ肉、 いりごま	りんご天然果汁、 玉葱、 オクラ(冷凍)、 人参、 マッシュルーム缶、 グリーンピース(冷凍)	ささみのくす煮 マッシュポテト スープ おかゆ	ささみのくす煮 マッシュポテト スープ つぶしがゆ	ささみ じゃがいも(人参) 米	入園、 進級 お祝い会
05 土	野菜炒め じゃこの酢の物 みそ汁(大根) 七分つき米(納豆)	野菜炒め ブロッコリーの煮浸 みそ汁(大根) 七分つき米(納豆)	おかし 牛乳	七分つき米、 ゴマ油	○牛乳、 豚モモ肉、 納豆、 返りちりめん、 米みそ(淡色辛みそ)、 カットわかめ	きゃべつ、 大根、 玉葱、 人参、 ピーマン、 竹の子(ゆで)、 生しいたけ、 青葱	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	鯛 ブロッコリー(人参) 米	
07 月	かしわの香味焼 高野豆腐の煮物 みそ汁(小松菜) 七分つき米(納豆)	かしわの香味焼 人参の煮物 みそ汁(小松菜) 七分つき米(納豆)	ゼリー おかし 麦茶	七分つき米、 ゴマ油、 砂糖	鶏モモ肉、 納豆、 米みそ(淡色辛みそ)、 高野豆腐、 うす揚	小松菜(冷凍)、 トマト*、 きゃべつ、 玉葱、 人参、 サニーレタス、 みつば	ささみのくす煮 人参の煮物 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 人参の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 人参(オクラ) 米	
08 火	焼そば はくさいの煮浸 スープ(もやし)	焼そば 白菜の煮浸 スープ(もやし)	おにぎり 麦茶	焼きそばめん、 ○七分つき米、 油、 砂糖、 ゆでうどん	豚バラ肉、 ツナ缶、 カットわかめ	きゃべつ、 はくさい、 もやし、 人参、 玉葱、 ピーマン、 しめじ、 ○だいこん(葉)	豆腐のくす煮 白菜の煮浸 煮込みうどん	豆腐のくす煮 白菜の煮浸 くたくたうどん	豆腐 白菜(人参) うどん	
09 水	唐揚げ マカロニサラダ フチゼリー みそ汁(豆腐) ゆかりごはん	鶏の塩焼き ブロッコリーの煮浸 フチゼリー みそ汁(豆腐) ゆかりごはん	ショートケーキ (フルーツ缶) 牛乳	七分つき米、 ○砂糖、 マカロニ、 ○小麦粉、 マヨネーズ、 油、 片栗粉、 ○マーガリン	○牛乳、 鶏モモ肉、 ○卵、 豆腐、 ○ホイップクリーム、 米みそ(淡色辛みそ)、 ローズハム、 カットわかめ	トマト、 いちご、 胡瓜、 きゃべつ、 サニーレタス、 人参、 青葱、 しょうが、 にんにく	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	鯛 ブロッコリー(人参) 米	誕生会
10 木	肉じゃが煮 胡瓜もみ みそ汁(麩) 七分つき米(納豆)	肉じゃが煮 オクラの煮浸 みそ汁(麩) 七分つき米(納豆)	バナナカステラ 牛乳	七分つき米、 チルドポテト、 糸こんにゃく、 砂糖、 おつゆ麩、 ○麦ロール	○牛乳、 納豆、 牛肉、 米みそ(淡色辛みそ)、 ちりめんじゃこ、 カットわかめ	玉葱、 胡瓜、 人参、 いんげん(冷)、 青葱	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
11 金	さわらの塩焼き レバーとじゃが芋の甘辛煮 みそ汁(はくさい) 七分つき米(納豆)	さわらの塩焼き マッシュポテト みそ汁(はくさい) 七分つき米(納豆)	フレークおこし (コーンフレークの ミルクかけ) 牛乳	七分つき米、 チルドポテト、 ○コーンフレーク、 油、 砂糖、 片栗粉、 ○マーガリン	○牛乳、 塩鯖、 鶏レバー、 納豆、 米みそ(淡色辛みそ)、 うす揚、 塩鯖(大)、 さわら	はくさい、 青葱	豆腐のくす煮 マッシュポテト みそ汁 おかゆ	豆腐のくす煮 マッシュポテト みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 じゃがいも(人参) 米	あひる休園日
12 土	お弁当	お弁当	おかし 牛乳				お弁当	お弁当		親子であそぼう お弁当日
14 月	かしわの照焼 切干大根のナムル みそ汁(キャベツ) 七分つき米(納豆)	かしわの照焼 ブロッコリーの煮浸 みそ汁(キャベツ) 七分つき米(納豆)	豆乳ぜんざい おかし 牛乳	七分つき米、 ○砂糖、 砂糖、 ゴマ油	○牛乳、 鶏モモ肉、 ○調製豆乳、 納豆、 ○あずき(乾)、 米みそ(淡色辛みそ)、 ローズハム、 うす揚	きゃべつ、 トマト*、 胡瓜、 ○こんぶ、 切り干しだいこん、 青葱、 しょうが	ささみのくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ ブロッコリー(人参) 米	
15 火	ポークシチュー パインサラダ ロールパン	ポークシチュー キャベツの煮浸 ロールパン	チョコなしの ロックビスケット 牛乳	NEGロール、 チルドポテト、 ○小麦粉、 マカロニ、 小麦粉、 ○マーガリン、 ○砂糖、 フレンチドレッシング(分離型)、 マーガリン、	○牛乳、 豚モモ肉、 牛乳、 ○卵、 ベーコン	玉葱、 人参、 きゃべつ、 パイン缶、 胡瓜、 セロリ	豆腐のくす煮 キャベツの煮浸 スープ ひたしパン	豆腐のくす煮 キャベツの煮浸 スープ パンがゆ	豆腐 キャベツ(人参) パン	

☆ 材料の○は午後おやつに使用している食材です。
 ☆ 朝おやつはベビースティックを提供します。
 ☆ 後期食の3時おやつはお茶を提供します。
 ☆ 七分つき米は国産を使用しています。

☆ 初期食は、食材をかつおだしで炊いて作っています。(とろみは片栗粉使用)
 ☆ バンがゆ・ひたしパンには、スープを使用しています。
 ☆ 初期食、中期食のスープ・みそ汁は同じものです。
 ☆ 中期食の味付けに使用している調味料(かつおだし・みそ・フィヨン・中華味・しょうゆ・塩など)は、上記の材料名には載せていません。
 ☆ 材料名の()は中期食と後期食のみの提供となります。変更する場合があります。

2025年 4月下旬

りにゅうしょくこんだてよていひょう (ひよこ・こりす)

社会福祉法人 路交館 幼保連携型認定こども園 北丘聖愛園 地域子育てセンター北丘

2025.3.28

日付	完了期 ひるごはん	後期	3時おやつ (10か月頃～)	材 料 名			中期	初期	材料名	行事 食育活動
		10か月頃～		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	7ヶ月ごろ～	6ヶ月ごろ～		
16 水	豚肉の生姜焼き オクラの煮浸 みそ汁 (はくさい) 七分つき米 (納豆)	豚肉の生姜焼き オクラの煮浸 みそ汁 (はくさい) 七分つき米 (納豆)	ヨーグルトパン 牛乳	七分つき米、小麦粉、 砂糖、油、砂糖、 マーガリン	〇牛乳、豚モモ肉、納 豆、〇ヨーグルト(無糖)、 米みそ(淡色辛みそ)、う す揚、かつお節	はくさい、オクラ(冷凍)、 玉葱、梅ペースト、青葱、 しょうが	白身魚のくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	鯛 オクラ(人参) 米	
17 木	三色ごはん 五目きんぴら みそ汁 (麩)	三色ごはん 南瓜の煮物 みそ汁 (麩)	おかし くだもの(フルーツ缶) 牛乳	七分つき米、油、糸こんに やく、砂糖、おつゆ麩	〇牛乳、合挽肉、卵、米 みそ(淡色辛みそ)、カッ トわかめ	〇オレンジ、ピーマン、れ んこん、ササガキコボウ (冷)、人参、セロリ、青葱	ささみのくす煮 南瓜の煮物 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 南瓜の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 南瓜(オクラ) 米	
18 金	赤魚の竜田揚げ ほうれん草の磯辺あえ みそ汁 (玉葱) 七分つき米 (納豆)	赤魚の塩焼き 青菜の煮浸 みそ汁 (玉葱) 七分つき米 (納豆)	ジャムドック 牛乳	七分つき米、〇NEGロー ル(小)、片栗粉、油、〇 マーガリン、砂糖、〇麦 ロール	〇牛乳、冷凍骨なし赤 魚、納豆、米みそ(淡色 辛みそ)、カットわかめ	ほうれんそう(冷凍)、玉 葱、〇いちごジャム、しょう が、もみりのり、青葱	豆腐のくす煮 青菜の煮浸 みそ汁 おかゆ	豆腐のくす煮 青菜の煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 ほうれん草(人参) 米	
19 土	豚肉のスープ煮 ブロッコリーのごまあえ じゃこめし	豚肉のスープ煮 ブロッコリーの煮浸 じゃこめし	おかし 牛乳	七分つき米、はるさめ、 油、砂糖	〇牛乳、厚揚げ(三角)、 豚モモ肉、ちりめんじゃ こ、いりごま	はくさい、人参、チンゲン サイ、しめじ、竹の子(ゆ で)	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 スープ おかゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 スープ つぶしがゆ	鯛 ブロッコリー(人参) 米	親子であそぼう (予備日)
21 月	ハムステーキ ポテトサラダ みそ汁 (なす) 七分つき米 (納豆)	ハムステーキ マッシュポテト みそ汁 (なす) 七分つき米 (納豆)	今川焼 牛乳	七分つき米、チルドポテ ト、マヨネーズ	〇牛乳、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚	なす、トマト、胡瓜、人 参、サニーレタス、玉葱、 青葱	豆腐のくす煮 マッシュポテト みそ汁 おかゆ	豆腐のくす煮 マッシュポテト みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 じゃがいも(人参) 米	
22 火	豚と大根の煮物 もやしのごま酢 みそ汁 (ほうれん草) 七分つき米 (納豆)	豚と大根の煮物 オクラの煮浸 みそ汁 (ほうれん草) 七分つき米 (納豆)	蒸しパン 牛乳	七分つき米、〇小麦粉、 糸こんにやく、〇砂糖、砂 糖	〇牛乳、豚モモ肉、納 豆、一口がんも、米みそ (淡色辛みそ)、カニかま ぼこ、うす揚、いりごま	大根、もやし、ほうれんそ う(冷凍)、人参、胡瓜、小 松菜、〇レーズン	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
23 水	洋風すし 煮豆 スープ (野菜)	洋風すし 南瓜の煮物 スープ (野菜)	菓子パン 牛乳	七分つき米、〇北海道ミ ルクパン、砂糖、〇麦ロー ル	〇牛乳、金時豆(乾)、 ローズハム、チーズ、ちり めんじゃこ、ペーコン	きゃべつ、人参、胡瓜、玉 葱	白身魚のくす煮 南瓜の煮物 スープ おかゆ	白身魚のくす煮 南瓜の煮物 スープ つぶしがゆ	鯛 南瓜(オクラ) 米	
24 木	和風ホイコーロ ブロッコリーのごまボン酢 みそ汁 (玉葱) 七分つき米 (納豆)	和風ホイコーロ ブロッコリーの煮浸 みそ汁 (玉葱) 七分つき米 (納豆)	マカロニのあべ川 牛乳	七分つき米、〇マカロニ、 〇砂糖、油、砂糖	〇牛乳、豚モモ肉、納 豆、みそ、米みそ(淡色辛 みそ)、〇きな粉、いりご ま、カットわかめ	きゃべつ、玉葱、ピーマ ン、しめじ、人参、竹の子 (ゆで)、青葱、しょうが	豆腐のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 おかゆ	豆腐のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 ブロッコリー(人参) 米	荀を見る日
25 金	竹の子ごはん ネバネバあえ みそ汁 (ほうれん草)	竹の子ごはん オクラの煮浸 みそ汁 (ほうれん草)	チーズトースト 牛乳	七分つき米、〇食パン (薄)、長芋、〇マーガ リン、〇麦ロール	〇牛乳、鶏モモ肉、納 豆、〇とろけるチーズ、う す揚、米みそ(淡色辛み そ)、かつお節	オクラ(冷凍)、筍(生)、ほ うれんそう(冷凍)、人参	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 おかゆ	ささみのくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
26 土	ハンバーグ オクラの梅肉あえ みそ汁 (小松菜) 七分つき米 (納豆)	ハンバーグ ブロッコリーの煮浸 みそ汁 (小松菜) 七分つき米 (納豆)	おかし 牛乳	七分つき米	〇牛乳、納豆、米みそ (淡色辛みそ)、うす揚、 かつお節	ブチブロッコリー(冷凍)、オク ラ(冷凍)、小松菜(冷 凍)、梅ペースト	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 ブロッコリーの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	鯛 ブロッコリー(人参) 米	
28 月	肉うどん かぼちゃのふくめ煮	肉うどん 南瓜の煮物	雑穀がゆ 麦茶	ゆでうどん、〇七分つき 米、〇雑穀、砂糖	牛肉、竹輪、いわし(煮干 し)	カボチャ(冷)、青葱、〇 青菜ふりかけ	ささみのくす煮 南瓜の煮物 煮込みうどん	ささみのくす煮 南瓜の煮物 くたくうどん	ささみ 南瓜(オクラ) うどん	
30 水	チキンと野菜 揚シユウマイ みそ汁 (豆腐) 七分つき米 (納豆)	チキンと野菜 オクラの煮浸 みそ汁 (豆腐) 七分つき米 (納豆)	たい焼 牛乳	七分つき米、油、砂糖	〇牛乳、鶏モモ肉、エビ入 リシューマイ(冷)、納豆、 豆腐、米みそ(淡色辛み そ)、いりごま、カットわか め	きゃべつ、ほうれん草、人 参、青葱	白身魚のくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 おかゆ	白身魚のくす煮 オクラの煮浸 みそ汁 つぶしがゆ	白身魚 オクラ(人参) 米	

☆材料の〇は午後おやつに使用している食材です。
 ☆朝おやつはベビースティックを提供します。
 ☆後期食の3時おやつはお茶を提供します。
 ☆七分つき米は国産を使用しています。

☆初期食は、食材をかつおだしで炊いて作っています。(とろみは片栗粉使用)
 ☆パンがゆ・ひたしパンには、スープを使用しています。
 ☆初期食、中期食のスープ・みそ汁は同じものです。
 ☆中期食の味付けに使用している調味料(かつおだし・みそ・フイヨン・中華味・しょうゆ・塩など)は、上記の材料名には載せていません。
 ☆材料名の()は中期食と後期食のみの提供となります。変更する場合があります。