

2026年 4月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
後期		1 全粥 ササミの野菜あんかけ 麩の味噌汁	2 全粥 鶏ひき肉と豆腐の炒め煮 もやしと人参のすまし汁	3 トマト粥 レバーマッシュ 野菜スープ	4 全粥 ひとロサーモンポテト キャベツの味噌汁
		全粥 野菜の卵とし そうめんのとろとろ汁	豆腐粥 野菜炒め じゃがいもの味噌汁	全粥 青菜と豆腐炒め煮 野菜スティック	全粥 豚肉と野菜煮 さつまいもマッシュ
6 全粥 ねぎの納豆和え 大根の味噌汁	7 全粥 サバのみそ煮 ほぐしオレンジ	8 全粥 豚肉入りマッシュポテト 人参とキャベツの味噌汁	9 全粥 魚の照り焼き スライスバナナ 大根の味噌汁	10 全粥 鮭のムニエル 人参のスープ	11 全粥 鶏肉と小松菜の炒め煮 玉葱のスープ
全粥 豚肉のみそ煮 キャベツスープ	全粥 豆腐と野菜のコロコロ アーサ汁	全粥 ササミと白菜の炒め煮 わかめとしいたけのスープ	全粥 豆腐ソテー 胡瓜スティック	全粥 豚肉キャベツの炒め煮 胡瓜のスープ	全粥 小松菜と鮭の炒め煮 スライスリンゴ
13 トマトチーズ粥 マッシュポテト わかめのとろとろ煮	14 全粥 鮭のほぐし煮 もやしの味噌汁	15 全粥 ササミと野菜のスープ煮 じゃが芋と人参のスティック	16 おべんとう 	17 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	18 鶏肉と人参のお粥 野菜スープ煮
きな粉粥 豆腐ハンバーグ キャベツの味噌汁	全粥 豚肉の照り焼き きなこさつまいも	全粥 豆腐の照り焼き 野菜スープ	全粥 ツナとトマトと胡瓜のサラダ 魚の味噌汁	全粥 豆腐とほうれん草の炒め煮 人参と玉葱のスープ	全粥 ツナと野菜の炒め 豆腐の味噌汁
20 全粥 豆腐のソテー 胡瓜のすまし汁	21 全粥 豆腐の照り焼き 人参とコーンのスープ	22 全粥 鶏ささみとブロッコリーのスープ煮 キャベツの味噌汁	23 全粥 魚の野菜あんかけ わかめのとろとろ煮	24 全粥 豚肉とかぼちゃのコロコロ煮 もやしのすまし汁 スライスリンゴ	25 全粥 豚肉と野菜の炒め煮 麩の味噌汁
豆腐粥 ひき肉と野菜の炒め煮 スライスバナナ	全粥 肉じゃが風煮 すまし汁	全粥 豆腐とキャベツの炒め煮 ブロッコリーのスープ	全粥 青菜の納豆和え 玉葱のスープ	全粥 豆腐と野菜の炒め煮 じゃがいもスープ	全粥 魚と胡瓜のコロコロ煮 とろろ昆布汁
27 そばろ軟飯 キャベツのすまし汁 スライスバナナ	28 きなこ粥 魚と野菜炒め さつまいもマッシュ もやしの味噌汁	29 昭和の日 	30 全粥 魚の煮つけ 人参としいたけの味噌汁		
全粥 豆腐と野菜のあんかけ 小松菜のスープ	全粥 豆腐の野菜あんかけ エノキのスープ		全粥 豆腐ソテー しめじのスープ		
	9～11ヵ月頃の離乳食  この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を上の歯茎と下の歯茎でつぶして食べることを練習します。 かたくて小さい食べ物だと、丸のみする習慣がついてしまいますので、注意が必要です！ 離乳食の回数が2回/日から3回/日に移行する時期でもあります。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、 主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう！！				

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	サミ 米味噌(甘みそ) 卵	全粥 片栗粉 おつゆ麩 植物油	玉葱 人参 もやし ピーマン
2	木	鶏挽肉 木綿豆腐 米味噌(甘みそ)	全粥 じゃがいも	玉葱 もやし 人参 干しひじき 玉葱 ねぎ
3	金	シラス 豚ハハ（薄切り） 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも	トマト 玉葱 セロリ 人参 小松菜 しめじ 胡瓜
4	土	鮭 米味噌(甘みそ) 豚ロース(薄切り)	全粥 じゃがいも 片栗粉 さつまいも	キャベツ 人参 玉葱
5	日			
6	月	挽きわり納豆 米味噌(甘みそ) 豚肩ロース	全粥	ねぎ 大根 キャベツ
7	火	鯖 米味噌(甘みそ) 絹ごし豆腐	全粥 みりん 三温糖 じゃがいも	オレンジ さやいんげん アサ(乾)
8	水	豚ロース(赤肉) 米味噌(甘みそ) サミ	全粥 じゃがいも 片栗粉	人参 キャベツ 白菜 乾燥わかめ 干椎茸
9	木	鯖 米味噌(甘みそ) 沖縄豆腐	全粥 みりん 三温糖	バナナ 大根 胡瓜
10	金	鮭 豚ヒレ肉(赤肉)	全粥 薄力粉 有塩バター 油	人参 キャベツ しめじ 胡瓜
11	土	鶏ヒレ肉 鮭	全粥	小松菜 玉葱 りんご
12	日			
13	月	アールスメーク 普通牛乳 きな粉 合挽肉 絹ごし豆腐 卵 米味噌(甘みそ)	全粥 じゃがいも 有塩バター	トマト パセリ 乾燥わかめ 玉葱 キャベツ ねぎ
14	火	鮭 米味噌(甘みそ) 豚ヒレ(脂身付) きな粉	全粥 みりん 三温糖 さつまいも	もやし
15	水	サミ 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも みりん 片栗粉	ブロッコリー しめじ 玉葱 人参
16	木	サケ缶 赤魚 久米島味噌(米甘みそ)	全粥	胡瓜 トマト
17	金	沖縄豆腐 固形ヨーグルト 絹ごし豆腐	沖縄そば 油	花人参 玉葱 ねぎ 胡瓜 ホウレン草 人参
18	土	鶏ヒレ肉 サケ缶 沖縄豆腐 米味噌(甘みそ)	全粥 片栗粉	人参 キャベツ 玉葱 えのき
19	日			
20	月	沖縄豆腐	全粥 片栗粉	胡瓜 人参 もやし バナナ
21	火	キング 豚肩ロース	全粥 みりん 三温糖 じゃがいも おつゆ麩	人参 コーン缶詰 玉葱
22	水	サミ 米味噌(甘みそ) 絹ごし豆腐	全粥	ブロッコリー キャベツ
23	木	ホキ 挽きわり納豆	全粥 片栗粉	人参 しめじ 乾燥わかめ チンゲンサイ 玉葱
24	金	豚ロース(赤肉) 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも	かぼちゃ もやし りんご 人参 玉葱 みつば
25	土	豚肩ロース(薄切り) 米味噌(甘みそ) 赤魚	全粥 おつゆ麩	玉葱 胡瓜 とろろ昆布
26	日			
27	月	鶏挽肉 絹ごし豆腐	全粥 片栗粉	人参 小松菜 キャベツ パセリ もやし
28	火	きな粉 キング 米味噌(甘みそ) 絹ごし豆腐	全粥 さつまいも 片栗粉	キャベツ 人参 えのき もやし
29	水			
30	木	サミ 米味噌(甘みそ) 絹ごし豆腐	全粥	人参 干椎茸 しめじ
	土			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。