

令和7年 4月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
火	1 そぼろごはん 味噌汁 のらぼうのごま和え 果物(バナナ)	精白米/三温糖/サラ ダ油/白すり胡麻/三 温糖/ホットケーキmix (森永)/有塩バター	牛乳/豚ひき肉/たら (でんぶ)/油揚げ/削 り節(マルモト)/焼 き竹輪	しょうが/だいこん/ 長ねぎ/のらぼう/ キャベツ/にんじん/ ブロッコリー/もやし/パ ナ	牛乳 ☆人参蒸しパン	エネルギー 509 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 2.4 g
		牛乳			牛乳	
水	2 コッペパン ミネストローネ 鶏肉のオレンジ焼き マカロニサラダ 果物(甘夏)	コッペパン(大)/いち ごジャム/じゃがいも /マーマレード(高糖 度)/インスタントマカ ロニ/精白米	牛乳/ベーコン(無添加) /鶏若鶏肉モモ(皮付 き)/ハム(無添加)/ ★揚げ玉	キャベツ/にんじん/ 玉葱/トマト缶詰(ダイ ス)/トマトピューレ /おろしにんにく (チューブ/しょうが /きゅうり/なつみか ん/こねぎ)	麦茶 ☆たぬきむすび	エネルギー 506 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 2.7 g
		牛乳			牛乳	
木	3 ふりかけごはん 味噌汁 鯖の野菜あんかけ お浸し 果物(オレンジ)	精白米/薄力粉/三温 糖/かたくり粉/ホッ トケーキmix(昭和)/ グラニュー糖(無塩パ ター/★チョコチップ	牛乳/湯通し塩蔵わか め(塩抜き)/削り節 (マルモト)/さわら (生)/手もみ造り本 かつお節/★たまご 牛乳 900ml	まいたけ/玉葱/にん じん/パプリカ(黄) /青ピーマン/ほうれ んそう/キャベツ/ブ ロッコリー/もやし/パレ ンシアオレンジ	牛乳 ☆パウンドケーキ	エネルギー 546 kcal たんぱく質 23.5 g 脂 質 21.7 g 食塩相当量 1.7 g
		牛乳			牛乳	
金	4 磯うどん 肉団子の甘辛煮 青菜とコーンの和え物 果物(バナナ)	うどん(ゆで・玉)/三 温糖/パン粉(乾燥)/ サラダ油/かたくり粉 /とうもろこし缶詰(ホ ル)/じゃがいも	牛乳/削り節(マルモ ト)/豚小間/湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)/ 豚ひき肉/焼き竹輪/ ピザ用チーズ	にんじん/玉葱/ねぎ /しょうが/ほうれん そう/こまつな/パナ ナ/青ピーマン	牛乳 ☆ポテトピザ	エネルギー 506 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 2.4 g
		牛乳			牛乳	
土	5 焼肉丼 味噌汁 大根とかがらのサラダ ゼリー	精白米/三温糖/サラ ダ油/ごま油/オレンジ ゼリー/ホットケー キmix(昭和)/メー ブルシロップ	牛乳/豚小間/油揚げ /削り節(マルモト) /カニカマ卵なし	玉葱/にら/こまつな /だいこん/にんじん /ブロッコリー/もやし/ きゅうり	牛乳 ☆ホットケーキ	エネルギー 526 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳			牛乳	
月	7 五分づき米 すまし汁 豚肉のみそ煮 昆布の和え物 果物(きよみ)	水稲穀粒(半つき米)/ 花ふ/三温糖/薄力粉 /無塩バター/グラ ニュー糖/メーブルシ ロップ	牛乳/削り節(マルモ ト)/豚ロース(脂身 付)/フジッコの塩昆 布	長ねぎ/玉葱/しょう が/キャベツ/きゅう り/にんじん/きよみ オレンジ	牛乳 ☆スコーン	エネルギー 518 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 21.7 g 食塩相当量 1.4 g
		牛乳			牛乳	
火	8 菜飯 味噌汁 鶏唐揚げ ポテトサラダ 果物(バナナ)	精白米/かたくり粉/ サラダ油/じゃがいも /フランスパン/無塩 バター/グラニュー糖	牛乳/菜飯の素(三島) /絹ごし豆腐/湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)/ 削り節(マルモト)/ 鶏若鶏肉モモ(皮付き) /ハム(無添加)	にんじん/きゅうり/ バナナ	麦茶 ☆ラスク	エネルギー 510 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 22.1 g 食塩相当量 1.8 g
		牛乳			牛乳	
水	9 ドリア風ライス マカロニスープ 二色豆サラダ 果物(甘夏)	精白米/とうもろこし (冷凍)/薄力粉/有塩 バター/インスタント マカロニ/じゃがいも /白すり胡麻/三温糖 /ホットケーキmix(昭 和)/サラダ油	牛乳/★むきえび/ベ ーコン(無添加)/★大豆 (国産/ゆで)/ハム (無添加)/のむのむ ヨーグルト/エダム チーズ/木綿豆腐	にんじん/玉葱/ブロッ コリー/もやし/むきえ だまめ(冷凍)/きゅう り/キャベツ/なつみか ん	飲むヨーグルト ☆チーズ豆腐パン	エネルギー 531 kcal たんぱく質 20.5 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 2.7 g
		牛乳			牛乳	
木	10 タンメン 珍珠丸子 きゅうり華風和え 果物(バナナ)	中華めん(ゆで)/三温 糖/ごま油/もち米/ 三温糖/無塩バター/ グラニュー糖/ホット ケーキmix(昭和)	牛乳/豚小間/豚ひき 肉/★たまご	にんじん/玉葱/りょ う/ごま油/キャベ ツ/ほうれんそう/長 ねぎ/たけのこ(ゆで) /しょうが/きゅうり /バナナ/レモン(果 汁、生)/レモン	牛乳 ☆マドレーヌ	エネルギー 513 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 1.5 g
		牛乳			牛乳	
金	11 親子丼 味噌汁 春雨のあえもの 果物(オレンジ)	精白米/三温糖/普通 はるさめ(乾)/ごま(い り)/ごま油/コッペ パン(大)/サラダ油/ グラニュー糖	牛乳/鶏若鶏肉ひき肉 /鶏小間/削り節(マ ルモト)/★たまご/ 油揚げ/ハム(無添 加)	玉葱/根みつば/のら ぼう/きゅうり/にん じん/パレンシアオレ ンジ	牛乳 ☆揚げパン	エネルギー 522 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.4 g
		牛乳			牛乳	
土	12 ツナピラフ トマトスープ ハムサラダ プリン	精白米/サラダ油/三 温糖/ごま油/★とろ けるプリン(乳・卵・大 /じゃがいも)	牛乳/まぐろ缶詰(油漬 フルクライト)/ベー コン(無添 加)/ハム(無添 加)	玉葱/トマト缶詰(ダイ ス)/キャベツ/きゅ うり/ブロッコリー/ にんじん	牛乳 ☆ゆでじゃがいも	エネルギー 514 kcal たんぱく質 18.1 g 脂 質 25.2 g 食塩相当量 2.1 g
		牛乳			牛乳	
月	14 ごはん すいとん汁 焼きそば 肉じゃが 果物(バナナ)	精白米/薄力粉/じゃ がいも/しらたき/三 温糖/塩せんべい	牛乳/鶏小間/削り節 (マルモト)/甘塩鮭 /豚小間/カルピス/ ゼラチン	だいこん/にんじん/ 生しいたけ(菌床栽培、 生)/はくさい/葉ねぎ /玉葱/バナナ/みか ん缶(大)	麦茶 ☆カルピスゼリー	エネルギー 509 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 13.2 g 食塩相当量 1.7 g
		牛乳			牛乳	

☆は手作りおやつです。
食材の都合で献立を変更する場合があります。

令和7年 4月分 3歳未満児献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
火	15 ハンバーガー ポタージュスープ コールスローサラダ 果物(甘夏)	バーガーパン/パン粉 (乾燥)/三温糖/とう もろこし缶詰(クリーム) /とうもろこし缶詰(ホ ル)/有塩バター/薄力粉 /サラダ油/精白米	牛乳/豚ひき肉/ツナ フレークレトルト	玉葱/パセリ/キャベ ツ/にんじん/きゅう り/なつみかん	麦茶 ☆ツナマヨおにぎり	エネルギー 517 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 16.8 g 食塩相当量 3.3 g
		牛乳			牛乳	
水	16 若布ご飯 なめこの味噌汁 名古屋チキン ごまマヨ和え 果物(バナナ)	精白米/三温糖/薄力 粉/ごま(いり)/イン スタントマカロニ/三 温糖	牛乳/若布ごはんの素 /絹ごし豆腐/削り節 (マルモト)/鶏若鶏 肉モモ(皮付き)/★き な粉(大豆)	なめこ/長ねぎ/おろ しにんにく(チューブ) /キャベツ/きゅうり /にんじん/ブロッコ リー/バナナ	牛乳 ☆マカロニきな粉	エネルギー 506 kcal たんぱく質 21.2 g 脂 質 18.0 g 食塩相当量 1.8 g
		牛乳			牛乳	
木	17 豚のしょうが焼き丼 味噌汁 青菜の煮びたし 果物(オレンジ)	精白米/じゃがいも/ お好み焼き粉/とうも ろこし缶詰(ホル)	牛乳/豚ロース(スライ ス)/湯通し塩蔵わかめ (塩抜き)/削り節(マ ルモト)/油揚げ/★ たまご/豚ひき肉/あ おのり/手もみ造り本 かつお節	しょうが/玉葱/こま つな/ほうれんそう/ にんじん/パレンシア オレンジ/キャベツ/ 長ねぎ	牛乳 ☆お好み焼き	エネルギー 517 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 19.1 g 食塩相当量 2.3 g
		牛乳			牛乳	
金	18 カレーライス 春雨スープ イカと野菜のサラダ ヨーグルト	精白米/じゃがいも/ サラダ油/普通はるさ め(乾)/三温糖/パイ シート/いちごジャム	牛乳/豚小間/ベー コン(無添加)/いかくん 製/おなかにおいしい ヨーグルト	玉葱/にんじん/りょ う/とうもろこし/きゅ うり/キャベツ/トマ ト	牛乳 ☆くるくるパイロール	エネルギー 520 kcal たんぱく質 19.7 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 2.8 g
		牛乳			牛乳	
土	19 スパゲティーナポリタン コーンとひき肉のスー プ ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	スパゲッティ/サラダ 油/とうもろこし缶詰 (クリーム)/とうもろ こし缶詰(ホル)/精白 米	牛乳/ウィンナー(無 添加)/鶏若鶏肉ひき 肉/甘塩鮭/若布ごは んの素	にんじん/青ピーマン /玉葱/ブロッコリー /きゅうり/キャベツ /バナナ	麦茶 ☆鮭若布おにぎり	エネルギー 502 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 2.1 g
		牛乳			牛乳	
月	21 味噌煮込みうどん 豆腐ナゲット ひじきとツナの中華和 え 果物(オレンジ)	うどん(ゆで・玉)/か たくり粉/サラダ油/ ごま(いり)/ごま油/ 三温糖/ホットケー キmix(昭和)/グラ ニュー糖/無塩バター /粉糖	牛乳/削り節(マルモ ト)/豚小間/しほり 豆腐/鶏若鶏肉ひき 肉/干ひじき(スライス 、乾)/ツナフレークレ トルト	にんじん/玉葱/はく さい/ほうれんそう/ ねぎ/キャベツ/パレ ンシアオレンジ	牛乳 ☆ココアケーキ	エネルギー 513 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 20.7 g 食塩相当量 2.0 g
		牛乳			牛乳	
火	22 たけのご飯 味噌汁 ひれカツ リボンサラダ 果物(ジュシー)	精白米/三温糖/薄力 粉/パン粉(乾燥)/サ ラダ油/マカロニ(フル アール)/とうもろこし 缶詰(ホル)/食パン /有塩バター/三温糖	牛乳/油揚げ/削り節 (マルモト)/湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)/ 豚ひれ/ハム(無添 加)/★たまご/チーズ /クリーム	たけのこ/にんじん/ むきえだまめ(冷凍)/ キャベツ/玉葱/きゅ うり/ジュシー/パレ ンシアオレンジ	牛乳 ☆フレンチトースト	エネルギー 521 kcal たんぱく質 25.5 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 2.0 g
		牛乳			牛乳	
水	23 麦ごはん 豚汁 鯖のみそ煮 ブロッコリーのおか和 え 果物(バナナ)	精白米/押し麦/さ いと/糸こんにやく/ 三温糖/薄力粉/三温 糖/サラダ油/かたく り粉/ごま油	牛乳/豚小間/削り節 (マルモト)/まさば /手もみ造り本かつお 節/豚ひき肉	にんじん/だいこん/ はくさい/ねぎ/ごぼ う/しょうが/ブロッ コリー/バナナ/たけ のこ(ゆで)	麦茶 ☆豚肉のおやき	エネルギー 496 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 15.8 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳			牛乳	
木	24 マーボー丼 かきたまスープ ほうれん草と人参のナム ル 果物(甘夏)	精白米/ごま油/三温 糖/かたくり粉/ごま (いり)/さつまいも/ 三温糖/サラダ油	牛乳/しほり豆腐/豚 ひき肉/湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き)/★たま ご/カニカマ卵なし	葉ねぎ/にら/しょう が/おろしにんにく (チューブ/ねぎ/に んじん/ほうれんそう /なつみかん)	牛乳 ☆いもいもドーナツ	エネルギー 512 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳			牛乳	
金	25 にんじんごはん 味噌汁 ひじき肉団子 スナッパの塩バター煮 果物(オレンジ)	精白米/サラダ油/パ ン粉(乾燥)/三温糖/ かたくり粉/じゃがい も/有塩バター/マー シュマロ/無塩バター /コーンフレーク/フ ルーツグラノーラ	牛乳/木綿豆腐/削り 節(マルモト)/豚ひ き肉/干ひじき(スライ ス、乾)/ベーコン(無 添加)	にんじん/ねぎ/玉葱 /しょうが/スナッ パ/えんどう/パレン シアオレンジ	牛乳 ☆マッシュマロおこし	エネルギー 518 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 21.1 g 食塩相当量 2.4 g
		牛乳			牛乳	
土	26 ハヤシライス 若布と玉葱スープ ツナサラダ ゼリー	精白米/じゃがいも/ サラダ油/三温糖/グ レープゼリー/食パン /有塩バター/グラ ニュー糖	牛乳/豚小間/湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)/ ツナフレークレトル ト	にんじん/玉葱/ねぎ /きゅうり/キャベツ	牛乳 ☆シUGAートースト	エネルギー 507 kcal たんぱく質 18.4 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳			牛乳	
月	28 スパゲティミートソー ス 野菜のごまスープ かぼちゃサラダ 果物(ジュシー)	スパゲッティ/有塩パ ター/白すり胡麻/精 白米	牛乳/豚ひき肉/豚小 間/ハム(無添加)/ 焼き豚/★たまご	にんじん/玉葱/トマ ト缶詰(ダイス)/ト マトピューレ/キャベ ツ/西洋かぼちゃ/きゅ うり/ジュシー/こ ねぎ	麦茶 ☆チャーハン	エネルギー 531 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 16.5 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳			牛乳	
水	30 ごまごはん 味噌汁 鯨の梅肉ソース 豚しゃぶが 果物(バナナ)	精白米/ごま塩/かた くり粉/サラダ油/三 温糖/ごま(いり)/ご ま油/黒糖蒸しパンmix /さつまいも	牛乳/ひとえぐさ(素干 し)/削り節(マルモ ト)/まあじ/豚ロ ース(赤肉)	玉葱/紀州梅 B/ブ ロッコリー/もやし/に んじん/きゅうり/パ ナ	牛乳 ☆黒糖蒸しパン	エネルギー 508 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 3.0 g
		牛乳			牛乳	
		月平均栄養価		エネルギー 515 kcal 脂 質 18.6 g	たんぱく質 21.2 g 食塩相当量 2.2 g	

(★印はアレルギー除去対象食品です)