



2019年4月分献立表



施設名 りとせ橋本保育園

日付	曜日	10時おやつ	おひる	主な材料	おやつ	主な材料
3	水	ハイハイせんべい	ご飯 炒り豆腐 ほうれん草の菜種和え じゃが芋と油揚げの味噌汁	豚肉 豆腐 長ねぎ しめじ ほうれん草 人参 卵 牛乳 じゃが芋 油揚げ	牛乳 さつま芋きんとん	さつま芋 レーズン
4	木	ウエハース	ご飯 チンジャオロース キャベツと人参サラダ 中華たまごスープ	豚肉 ピーマン たけのこ もやし キャベツ 人参 わかめ たまご 玉ねぎ コーンクリーム	牛乳 ホットケーキ	小麦粉 たまご 牛乳 いちごジャム
5	金	バナナ	ご飯 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 板ふと小松菜の味噌汁	さけ ごま ひじき 人参 油揚げ グリーンピース 小松菜 お麩	牛乳 フレンチトースト	食パン たまご 牛乳
6	土	マンナビスケット	ご飯 鶏肉のトマト煮 きゅうりのコールスローサラダ 青梗菜のスープ	鶏肉 大豆 玉ねぎ トマト きゅうり 人参 コーン マヨネーズ 青梗菜 じゃが芋 ウインナー	牛乳 バームクーヘン	市販バームクーヘン
8	月	野菜おせんべい	鮭ご飯 肉豆腐 花野菜サラダ ほうれん草とえのきのスープ	鮭 豆腐 豚肉 ごぼう 玉ねぎ 白滝 カリフラワー ブロッコリー コーン ほうれん草 えのきたけ	牛乳 パンプキンマフィン	小麦粉 たまご 牛乳 かぼちゃ
9	火	オレンジゼリー	ご飯 白身魚のカレームニエル いんげんと竹輪のごま和え 小松菜の味噌汁	たら 小麦粉 バター カレー粉 いんげん ちくわ 人参 ごま 小松菜 油揚げ しめじ	牛乳 チーズ入りお好み焼	小麦粉 たまご チーズ かつお節
10	水	ヨーグルト	ご飯 クリームシチュー キャベツの彩りサラダ 生揚げのスープ	鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 牛乳 キャベツ きゅうり ピーマン ツナ缶 生揚げ 青梗菜	牛乳 きなこマカロニ	マカロニ きなこ 砂糖
11	木	サブレ	ご飯 さわらのゴマ味噌焼き がんもどきの煮物 かぶのすまし汁	さわら ごま 味噌 がんもどき 小松菜 人参 かぶ かぶの葉	牛乳 ジャムサンド	食パン マーガリン いちごジャム
12	金	野菜おせんべい	ご飯 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のゴマネーズ和え 豆腐とわかめの味噌汁	豚肉 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 人参 舞茸 マヨネーズ ごま 豆腐 油揚げ わかめ	牛乳 バナナヨーグルト マフィン	バナナ たまご 小麦粉 ヨーグルト
13	土	ビスケット	けんちんうどん チキンナゲット キャベツとチーズのサラダ バナナ	うどん 豚肉 人参 大根 小松菜 豆腐 チキンナゲット キャベツ ひじき チーズ	牛乳 ミニドーナツ	市販ケーキドーナツ
15	月	チーズクッキー	ひじきご飯 ポークハンバーグ 小松菜とコーンの洋風炒め 白菜のスープ	豚肉 玉ねぎ 豆腐 卵 パン粉 かつぶ 小松菜 人参 コーン マーガリン 白菜 青梗菜 ベーコン	牛乳 南瓜のきな粉団子	かぼちゃ レーズン きな粉
16	火	りんごのゼリー	ご飯 鶏のマリネ焼き いんげんと人参のソテー キャベツとソーセージのスープ	鶏肉 玉ねぎ ピーマン いんげん 人参 コーン キャベツ ウインナー	牛乳 じゃがいももち	じゃが芋 マーガリン 砂糖
17	水	ぶどうパンスティック	ご飯 マーボー豆腐 もやしの中華和え かきたまスープ	豆腐 豚肉 玉ねぎ 長ねぎ にもやし わかめ ロースハム たまご 人参 小松菜	牛乳 チーズおかか焼き おにぎり	ごはん チーズ かつお節
18	木	ウエハース	カレーライス(ポーク) キャベツのコールスロー 大豆とトマトのスープ みかん缶	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ カレールウ キャベツ きゅうり コーン 大豆 いんげん トマト缶	牛乳 ホットケーキ	小麦粉 たまご 牛乳 ブルーベリージャム
19	金	ハイハイせんべい	ご飯 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 小松菜としめじの味噌汁	鮭 ごま ひじき 人参 油揚げ グリーンピース 小松菜 しめじ	牛乳 大学いも	さつま芋 砂糖 いりごま
20	土	たまごボーロ	ご飯 鶏肉の洋風煮 ポテトサラダ ほうれん草とえのきのスープ	鶏肉 玉ねぎ トマト ブロッコリー じゃが芋 人参 グリーンピース マヨネーズ ほうれん草 えのきたけ	牛乳 ワッフル	市販ワッフル
22	月	デザートムース	スパゲティナポリタン ひじきとキャベツのサラダ ブロッコリーのコーンスープ パインアップル	スパゲッティ 豚肉 ピーマン ケチャップ ひじき キャベツ 人参 ツナ缶 ブロッコリー クリー	牛乳 お誕生日ケーキ	小麦粉 たまご 牛乳 生クリーム いちご
23	火	野菜おせんべい	ご飯 大豆のコロッケ 切干大根のサラダ 小松菜の味噌汁	じゃが芋 大豆 コーン 小麦粉 切干大根 胡瓜 人参 ロースハム ごま 小松菜 えのきたけ	牛乳 スイートポテト	さつま芋 砂糖 スキムミルク 牛乳
24	水	クッキー	ご飯 タンドリーチキン マカロニサラダ かきたまスープ	鶏肉 玉ねぎ ヨーグルト かつぶ 加粉 マカロニ きゅうり キャベツ マヨネーズ たまご ほうれん草	牛乳 かぼちゃ蒸しパン	かぼちゃ レーズン 小麦粉 牛乳 たまご
25	木	ハイハイせんべい	しらすご飯 花しゅうまい もやしの中華和え 大根のスープ	豚肉 豆腐 ネギ シュウマイの皮 もやし 青梗菜 人参 大根 しめじ	牛乳 あんこサンド	食パン マーガリン つぶあん
26	金	ヨーグルト	ご飯 豚肉のしょうが焼き きゅうりの黒ごまサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	豚肉 玉ねぎ ピーマン きゅうり 人参 ごま 豆腐 わかめ ねぎ	牛乳 ごはんのきな粉団子	ごはん 白玉粉 きな粉 砂糖
27	土	ウエハース	やきそば ブロッコリーとツナのサラダ ミックスフルーツ 飲むヨーグルト	中華麺 豚肉 キャベツ もやし 人参 ブロッコリー ツナ缶 みかん缶 もも缶 パイン缶	牛乳 クッキー	市販クッキー

★仕入れの状況により献立変更する場合があります★





2019年4月分 離乳食・アレルギー食献立表

おやつは（ ）内がアレルギー対応となります

施設名 りとせ橋本保育園

日付	曜日	10時おやつ	離乳食	アレルギー食	おやつ	主な材料
3	水	ハイハイせんべい	おかゆ ほうれん草・人参のだし煮 豆腐とじゃが芋の味噌汁	ご飯 豚肉と野菜の煮物 ほうれん草と人参の和え物 じゃが芋のスープ	牛乳 さつま芋きんとん	さつま芋 レーズン
4	木	ウエハース (フルーツゼリー)	おかゆ キャベツと人参のスープ煮 コーンクリーム スープ	ご飯 チンジャオロース キャベツと人参サラダ 玉ねぎとコーンのスープ	牛乳 ホットケーキ (米粉のケーキ)	小麦粉 たまご 牛乳 いちごジャム
5	金	バナナ	おかゆ ひじきと人参の煮物 板麩と小松菜の味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 小松菜のおすまし	牛乳 フレンチトースト (スイートポテト)	食パン たまご 牛乳
6	土	マンナビスケット (みかん缶)	おかゆ きゅうりのミルク煮 じゃが芋と青梗菜の味噌汁	ご飯 鶏肉のトマト煮 胡瓜のサラダ 青梗菜とじゃが芋のスープ	牛乳 バームクーヘン (お米のせんべい)	市販バームクーヘン
8	月	野菜おせんべい	おかゆ 豆腐とブロッコリー・人参の煮物 ほうれん草のスープ	ご飯 豚肉と根菜の煮物 花野菜サラダ ほうれん草とえのきのスープ	牛乳 パンプキンマフィン (米粉のマフィン)	小麦粉 たまご 牛乳 かぼちゃ
9	火	オレンジゼリー	おかゆ 白身魚といんげんの煮物 小松菜の味噌汁	ご飯 白身魚のカレーソテー いんげんと人参のごま和え 小松菜のすまし汁	牛乳 チーズ入りお好み焼 (米粉のお好み焼き)	小麦粉 たまご チーズ かつお節
10	水	ヨーグルト (みかん缶)	おかゆ じゃが芋・玉ねぎ・人参の牛乳煮 キャベツと胡瓜のサラダ風	ご飯 鶏肉と根菜のコンソメ煮 キャベツとツナの彩りサラダ 青梗菜のスープ	牛乳 きなこマカロニ (かぼちゃの茶巾)	マカロニ きなこ 砂糖
11	木	サブレ (お米のせんべい)	おかゆ 小松菜と人参のだし煮 かぶのすまし汁	ご飯 さわらのゴマ焼き 小松菜と人参の煮浸し かぶのすまし汁	牛乳 ジャムサンド (米粉蒸しパン)	食パン マーガリン いちごジャム
12	金	野菜おせんべい	おかゆ ほうれん草と人参の煮浸し 豆腐の味噌汁	ご飯 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のごま和え わかめのおすまし	牛乳 パナヨーグルトマフィン (米粉のパナマフィン)	バナナ たまご 小麦粉 ヨーグルト
13	土	ビスケット (ハイハイ)	煮込みうどん(豆腐・大根・人参) バナナ	けんちんそば 鶏肉団子 キャベツとひじきのサラダ バナナ	牛乳 ミニドーナツ (フルーツゼリー)	市販ケーキドーナツ
15	月	チーズクッキー (フルーツゼリー)	ひじき粥 豚肉入り豆腐ハンバーグ 白菜と青梗菜のスープ	ひじきご飯 ポークハンバーグ 小松菜とコーンの炒め物 白菜のスープ	牛乳 南瓜のきな粉団子 (南瓜のレーズン団子)	かぼちゃ レーズン きな粉
16	火	りんごのゼリー	おかゆ いんげんと人参の煮物 キャベツのスープ	ご飯 鶏のマリネ焼き いんげんと人参のソテー キャベツのスープ	牛乳 じゃがいももち	じゃが芋 マーガリン 砂糖
17	水	ぶどうパンスティック (せんべい)	おかゆ マーボー豆腐風 人参と小松菜のスープ	ご飯 じゃが芋のマーボー炒め 小松菜の中華和え 人参のがらスープ	牛乳 チーズ おかか焼きおにぎり (焼きおにぎり)	ごはん チーズ かつお節
18	木	ウエハース (フルーツゼリー)	おかゆ じゃが芋・玉ねぎ・人参のカレー煮 大豆のトマト煮 みかん缶	カレーライス風 胡瓜のコールスロー 野菜のトマトスープ みかん缶	牛乳 ホットケーキ (米粉のホットケーキ)	小麦粉 たまご 牛乳 プルベリジャム
19	金	ハイハイせんべい	鮭入り粥 ひじきの煮物 小松菜の味噌汁	ご飯 鮭の塩焼き ひじきと人参の炒め煮 小松菜としめじのおすまし	牛乳 ふかし芋 (大学いも)	さつま芋 砂糖 いりごま
20	土	たまごボーロ (野菜せんべい)	おかゆ ポテトサラダ ほうれん草のスープ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ ほうれん草とえのきのスープ	牛乳 ワッフル (フルーツゼリー)	市販ワッフル
22	月	デザートムース (ハイハイ)	スパゲティのトマト煮 キャベツのサラダ風 ブロッコリーのコンソメスープ パイン	米粉パスタのナポリタン ひじきとキャベツのサラダ ブロッコリーのコンソメスープ パイン缶	牛乳 お誕生日ケーキ (米粉フルーツケーキ)	小麦粉 たまご 牛乳 生クリーム いちご
23	火	野菜おせんべい	おかゆ 大豆とじゃが芋の焼きコロッケ 切干大根の煮物	ご飯 じゃが芋とコーンのコロケ風 切干大根のサラダ 小松菜のお澄まし	牛乳 スイートポテト	さつま芋 砂糖 スキムミルク 牛乳
24	水	クッキー (フルーツ缶)	ロールパン タンドリーチキン風煮 マカロニとキャベツのスープ	ご飯 タンドリーチキン じゃが芋のサラダ ほうれん草のスープ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン (米粉の南瓜蒸しパン)	かぼちゃ レーズン 小麦粉 牛乳 たまご
25	木	ハイハイせんべい	しらす粥 豆腐入りしゅうまい 大根・人参・小松菜のスープ	しらすご飯 豚肉とミックスベジタブルのしゅうまい風 青梗菜と人参の中華和え 大根のスープ	牛乳 あんこサンド (お芋とあんの茶巾)	食パン マーガリン つぶあん
26	金	ヨーグルト (フルーツゼリー)	おかゆ 胡瓜と人参の黒ごま和え 豆腐とネギの味噌汁	ご飯 豚肉のしょうが焼き 胡瓜の黒ごまサラダ わかめとネギのすまし汁	牛乳 ごはんのきな粉団子 (ごまのりおにぎり)	ごはん 白玉粉 きな粉 砂糖
27	土	ウエハース (野菜せんべい)	やきそば風 ブロッコリーのツナ煮 ミックスフルーツ ヨーグルト	米粉パスタの塩焼きそば ブロッコリーとツナのサラダ ミックスフルーツ フルーツゼリー	牛乳 クッキー (お米のせんべい)	市販クッキー

★仕入れの状況により献立変更する場合があります★

※アレルギー対応食のおやつは、たまご・小麦粉・乳を不使用としています



調理指示書

2019年4月3日(水)

施設長	栄養士		

	献立	1人当り可食量			総使用量	下処理 切り方	調理方法	
		未満児 12人	以上児 17人	職員 0人				
10時	ハイハイせんべい ハイハイ	2	0	0	39			
おひる	ご飯 水稲穀粒精白米	40	50	75	1330			
	炒り豆腐 ぶた中型種肉かたロース(赤肉)	16	20	30	532			
	根深ねぎ(葉軟白生)	4	5	8	222			
	ぶなしめじ(生)	4	5	8	148			
	木綿豆腐	32	40	60	1064			
	顆粒和風だし	1	1	2	33			
	濃口しょうゆ	2	3	4	67			
	車糖(上白糖)	0	1	1	16			
	料理酒	0	0	0	0			
	グリーンピース(冷凍)	3	4	5	93			
	ほうれん草の菜種和え ほうれんそう(葉通年平均生)	28	35	53	1034			
	にんじん(根皮つき生)	6	8	12	219			
	鶏卵全卵(生)	8	10	15	313			
	車糖(上白糖)	0	0	0	8			
	普通牛乳	2	2	3	53			
	濃口しょうゆ	1	1	2	32			
	車糖(上白糖)	1	1	2	27			
	穀物酢	1	1	2	27			
	ごま油	1	1	2	27			
	じゃが芋と油揚げの味噌汁 にぼしだし	80	100	150	2660			
	じゃがいも(塊茎生)	16	20	30	591			
	乾燥わかめ(素干し)	0	0	0	8			
	油揚げ	4	5	8	133			
	米みそ(淡色辛みそ)	3	4	6	106			
	おやつ	牛乳 普通牛乳	80	100	150	2660		
		さつま芋きんとん さつまいも(塊根生)	36	45	68	1315		
ぶどう(干しぶどう)		6	8	12	213			
みりん(本みりん)		1	1	2	27			
車糖(三温糖)		4	5	8	133			

調理指示書

2019年4月4日(木)

施設長	栄養士		

	献立	1人当り可食量			総使用量	下処理 切り方	調理方法
		未満児 26人	以上児 17人	職 員 5人			
10時	ウエハース						
	ウエハース	8	0	0	208		
おひる	ご飯						
	水稲穀粒精白米	40	50	75	1850		
	チンジャオロース						
	ぶた中型種肉もも(皮下脂無生)	28	35	53	1295		
	調合油	2	2	3	74		
	合成清酒	1	1	2	37		
	食塩	0	0	0	7		
	じゃがいもでん粉	1	1	1	26		
	青ピーマン(果実生)	10	13	20	566		
	たけのこ(水煮缶詰)	6	8	12	296		
	だいずもやし(生)	8	10	15	385		
	ごま油	1	1	2	37		
	合成清酒	1	1	2	37		
	中華だし	0	0	0	5		
	車糖(三温糖)	1	1	2	44		
	濃口しょうゆ	2	3	4	93		
	キャベツと人参サラダ						
	キャベツ(結球葉生)	18	23	35	1001		
	にんじん(根皮つき生)	8	10	15	381		
	黄ピーマン(果実生)	4	5	8	206		
	乾燥わかめ(素干し)	0	0	0	11		
	なたね油	2	2	3	85		
	穀物酢	1	1	2	52		
	車糖(三温糖)	0	0	0	7		
	濃口しょうゆ	1	1	2	37		
	中華たまごスープ						
	中華だし	64	80	120	2960		
	たまねぎ(りん茎生)	12	15	23	590		
	鶏卵全卵(生)	8	10	15	435		
	スイートコーン缶詰(クリーム)	16	20	30	740		
濃口しょうゆ	0	1	1	19			
食塩	0	0	0	7			
おやつ	牛乳						
	普通牛乳	80	100	150	3700		
	ホットケーキ						
	小麦粉ブレミックス粉(ホットケ)	16	20	30	740		
	鶏卵全卵(生)	7	9	14	392		
	普通牛乳	4	5	8	185		
	ソフトタイプマーガリン	2	3	5	111		
いちごジャム(低糖度)	4	5	8	185			

調理指示書

2019年4月16日(火)

施設長	栄養士		

	献立	1人当り可食量			総使用量	下処理 切り方	調理方法
		未満児 10人	以上児 10人	職員 10人			
10時	りんごのゼリー						
	りんご(濃縮還元ジュース)	60			1860		
	ぶたゼラチン	1			31		
おひる	ご飯						
	水稲穀粒精白米	40	50	75	2050		
	鶏のマリネ焼き						
	にわとり若鶏肉もも(皮つき生)	32	40	60	1640		
	食塩	0	0	0	6		
	こしょう(混合・粉)	0	0	0	1		
	たまねぎ(りん茎生)	16	20	30	872		
	青ピーマン(果実生)	5	6	9	289		
	赤ピーマン(果実生)	5	6	9	273		
	穀物酢	3	4	6	164		
	食塩	0	0	0	10		
	車糖(上白糖)	0	1	1	21		
	調合油	2	2	3	82		
	いんげんと人参のソテー						
	さやいんげん(若ざや生)	24	30	45	1268		
	にんじん(根皮つき生)	6	7	11	296		
	スイートコーン缶詰(ホールカー)	3	4	6	164		
	無塩バター	1	1	2	41		
	食塩	0	0	0	12		
	濃口しょうゆ	0	0	1	16		
キャベツとソーセージのスープ							
キャベツ(結球葉生)	21	26	39	1254			
ぶたウインナーソーセージ	8	10	15	410			
固形ブイヨン	1	1	1	33			
おやつ	牛乳						
	普通牛乳	80	100	150	4100		
	じゃがいももち						
	じゃがいも(塊茎生)	48	60	90	2733		
	有塩バター	1	1	2	51		
	じゃがいもでん粉	4	5	8	205		
	濃口しょうゆ	1	1	2	51		
車糖(上白糖)	2	2	3	77			
じゃがいもでん粉	1	1	2	51			

調理指示書

2019年4月17日(水)

施設長	栄養士		

	献立	1人当り可食量			総使用量	下処理 切り方	調理方法
		未満児 10人	以上児 10人	職員 10人			
10時	ぶどうパンスティック						
	ぶどうパン	20			620		
おひる	ご飯						
	水稲穀粒精白米	40	50	75	2050		
	マーボー豆腐						
	木綿豆腐	40	50	75	2050		
	ぶたひき肉(生)	16	20	30	820		
	たまねぎ(りん茎生)	16	20	30	872		
	根深ねぎ(葉軟白生)	8	10	15	683		
	にら(葉生)	2	3	5	129		
	しょうが(おろし)	1	1	2	41		
	ごま油	1	1	1	33		
	車糖(上白糖)	1	2	2	62		
	濃口しょうゆ	1	1	2	41		
	米みそ(淡色辛みそ)	1	1	2	41		
	食塩	0	0	0	4		
	中華だし	0	1	1	25		
	じゃがいもでん粉	1	2	2	62		
	ごま(いり)	0	0	0	8		
	もやしの中華和え						
	だいずもやし(生)	28	35	53	1495		
	乾燥わかめ(素干し)	0	0	1	16		
	ぶたロースハム	4	5	8	205		
	穀物酢	1	2	2	62		
	濃口しょうゆ	0	0	0	12		
	食塩	0	0	0	8		
	ごま油	1	1	1	29		
	かきたまスープ						
	鶏卵全卵(生)	12	15	23	724		
	にんじん(根皮つき生)	6	8	12	338		
	こまつな(葉生)	8	10	15	482		
	合成清酒	1	2	2	62		
鶏がらだし	1	1	2	41			
食塩	0	0	0	4			
じゃがいもでん粉	1	2	2	62			
おやつ	牛乳						
	普通牛乳	80	100	150	4100		
	チーズおかかやきおにぎり						
	水稲穀粒精白米	20	25	38	1025		
	プロセスチーズ	6	8	12	328		
	かつお加工品(削り節)	1	1	2	41		
	ごま(いり)	0	1	1	21		
濃口しょうゆ	2	2	3	82			

調理指示書

2019年4月25日(木)

施設長	栄養士		

	献立	1人当り可食量			総使用量	下処理 切り方	調理方法
		未満児 10人	以上児 10人	職員 10人			
10時	ソフトせんべい 野菜せんべい		5		155		
おひる	しらすご飯						
	水稲穀粒精白米	36	45	68	1845		
	しらす干し(半乾燥品)	6	7	11	287		
	ごま(いり)	0	0	0	12		
	花しゅうまい(豆腐入り)						
	しゅうまいの皮	8	10	15	410		
	ぶたひき肉(生)	20	25	38	1025		
	木綿豆腐	12	15	23	615		
	たまねぎ(りん茎生)	12	15	23	654		
	根深ねぎ(葉軟白生)	4	5	8	342		
	じゃがいもでん粉	4	5	7	185		
	おから(生)	2	3	4	103		
	濃口しょうゆ	1	2	2	62		
	ごま油	1	1	2	41		
	合成清酒	0	1	1	25		
	しょうが(根茎生)	0	1	1	31		
	食塩	0	0	0	4		
	もやしの中華和え						
	チンゲンサイ(葉生)	8	10	15	482		
	だいずもやし(生)	16	20	30	854		
	にんじん(根皮つき生)	6	8	12	338		
	穀物酢	1	2	2	62		
	濃口しょうゆ	0	0	0	12		
	食塩	0	0	0	8		
	ごま油	1	1	1	29		
	大根のスープ						
	だいこん(根皮つき生)	8	10	15	456		
	ほんしめじ(生)	6	8	12	410		
	こまつな(葉生)	6	8	12	386		
	中華だし	80	100	150	4100		
食塩	0	0	0	8			
薄口しょうゆ	0	1	1	21			
おやつ	牛乳						
	普通牛乳	80	100	150	4100		
	あんこサンド						
	食パン	32	40	60	1640		
	ソフトタイプマーガリン	3	4	6	164		
あずきあん(つぶしあん)	6	7	11	287			

