

《0歳》

ハーモニー保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
3 17 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 挽肉と野菜の煮物 里芋の煮物	緑の蒸しパン 牛乳	挽肉	米 里芋	もやし・絹さや 玉ねぎ・ニラ・人参 水菜・長ネギ
4 18 火	麦茶 せんべい	お粥・すまし汁 鶏肉と野菜の煮物 コロコロ野菜のサラダ風	お好み焼き風 牛乳	麩 鶏肉	米 じゃがいも	えのき もやし・人参・ピーマン 玉ねぎ・きゅうり・コーン・人参
5 19 水	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚の菜種煮 野菜の煮浸し	キャロット蒸しパン 牛乳	麩 魚(タラ)	米	かぼちゃ 玉ねぎ・小松菜・コーン 椎茸・キャベツ・絹さや
6 20 木	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 豆腐と野菜のそぼろ煮 大根の納豆和え	じゃがもち 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉 納豆	米	なめこ 椎茸・人参・グリーンピース 大根
7 21 金	麦茶 せんべい	煮込みうどん インゲンとしめじの煮浸し オレンジ	ゆかり粥 牛乳	挽肉	うどん	玉ねぎ・人参・小松菜 インゲン・しめじ・人参 オレンジ
10 24 月	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 挽肉とかぶの煮物 グレープフルーツ	りんごゼリー &せんべい 牛乳	ワカメ 挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・かぶ グレープフルーツ
11 25 火	麦茶 せんべい	しらす粥・みそ汁 挽肉とじゃがいもの煮物 きのこのサラダ風	マカロニきなこ 牛乳	しらす 挽肉	米 じゃがいも	小ネギ・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー えのき・しめじ・アスパラ・キャベツ
12 26 水	麦茶 せんべい	お粥・スープ 挽肉とキャベツの煮物 大根のやわらか煮	バナナの甘煮 牛乳	ワカメ 挽肉	米	コーン 玉ねぎ・キャベツ・ピーマン2色 大根・きゅうり
13 木	麦茶 せんべい	野菜にゆうめん・りんご ポテトサラダ風	わかめ粥 牛乳	挽肉	そうめん じゃがいも	玉ねぎ・人参・インゲン・りんご きゅうり・コーン
27 木 誕生会	麦茶 せんべい	彩り粥・みそ汁 鶏肉と菜の花の煮物 オレンジ	誕生日ケーキ 牛乳	鶏肉 麩	米	コーン・人参・大根 菜の花・玉ねぎ・人参 オレンジ
14 28 金	麦茶 せんべい	お粥・みそ汁 白身魚と白菜の煮物 ビーフンのやわらか煮	りんごパン 牛乳	魚(タラ)	米・里芋 ビーフン	もやし 白菜・絹さや・椎茸 玉ねぎ・人参・水菜

午前おやつのはせんべいは、まんまるソフトせんべい、ふわふわソフトせんべい、ソフトな塩せん、ソフトな小魚せんを日替わりで用意します。

土曜日のおやつのはせんべいは、カルシウム入りベビスティックを用意します。

0歳児はなぐみに関しては、園での生活リズムが整うまで、午前・午後おやつ、昼食以外にせんべい(カルシウム入りベビスティック)を提供することがあります。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。

4月 予定献立表(乳児)

《準備食》

ハーモニー保育園

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
3 17 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉野菜炒め 里芋の香味和え	緑のクラッカー 牛乳	挽肉	米 里芋	もやし・絹さや 玉ねぎ・ニラ 水菜・長ネギ
4 18 火	麦茶 せんべい	ごはん・すまし汁 鶏肉のみそ焼き・もやしのソテー コロコロ野菜のサラダ	お好み焼き 牛乳	麩 鶏肉	米 じゃがいも	えのき もやし・ピーマン 人参・玉ねぎ・きゅうり・コーン
5 19 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 白身魚のムニエル・菜種和え 野菜の炒め煮	野菜ポッキー 牛乳	麩 魚(カレイ)	米	かぼちゃ 小松菜・コーン 長ネギ・椎茸・キャベツ・絹さや
6 20 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉豆腐 大根の納豆和え	じゃがもち 牛乳	ワカメ 豆腐・挽肉 納豆	米	なめこ 椎茸・長ネギ・人参・グリンス 大根
7 21 金	麦茶 せんべい	鶏南蛮うどん インゲンとしめじのゴマ和え オレンジ	ゆかりおにぎり 牛乳	鶏肉	うどん	玉ねぎ・人参・小松菜 インゲン・しめじ・人参 オレンジ
10 24 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 挽肉とかぶの煮物 グレープフルーツ	りんごゼリー &せんべい 牛乳	ワカメ 挽肉	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参・かぶ グレープフルーツ
11 25 火	麦茶 せんべい	サケごはん・みそ汁 手作り焼きコロッケ・ブロッコリー きのこのサラダ	マカロニきなこ 牛乳	魚(サケ) 挽肉	米 じゃがいも	小ネギ・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー えのき・しめじ・アスパラ・キャベツ
12 26 水	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ 挽肉とキャベツの炒め煮 大根の甘酢和え	バナナ餃子 牛乳	ワカメ 挽肉	米	コーン 玉ねぎ・キャベツ・椎茸・ピーマン2色 大根・きゅうり
13 木	麦茶 せんべい	ミートスパゲティ・りんご ポテトサラダ	わかめおにぎり 牛乳	挽肉	スパゲティ じゃがいも	玉ねぎ・人参・マッシュルーム・りんご きゅうり・コーン・玉ねぎ
27 木 誕生会	麦茶 せんべい	彩りごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き・オレンジ 菜の花の煮浸し	誕生日ケーキ 牛乳	鶏肉 麩	米	コーン・人参・大根 オレンジ 菜の花
14 28 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 サワラの照り焼き・白菜のお浸し ビーフソテー	りんごパン 牛乳	魚(サワラ) 挽肉	米・里芋 ビーフン	もやし 白菜 玉ねぎ・人参・椎茸・水菜

午前おやつのはせんべいは、まんまるソフトせんべい、ふわふわソフトせんべい、ソフトな塩せん、ソフトな小魚せんを日替わりで用意します。

土曜日のおやつのはせんべいは、カルシウム入りベビースティックを用意します。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。

※牛乳に関しては、ご家庭と相談の上、個別に対応しています。

4月 予定献立表(幼児)

ハーモニー保育園

※午前おやつは1・2歳児のみです。

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 土	麦茶 せんべい	パン・ヨーグルト バナナ	せんべい 麦茶			
3 17 月	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 豚肉の生姜焼き 里芋の香味和え	緑のクラッカー 牛乳	豚肉	米 里芋	もやし・絹さや 玉ねぎ・ニラ 水菜・長ネギ
4 18 火	麦茶 せんべい	ごはん・すまし汁 鶏肉のみそ焼き・もやしのソテー コロコロ野菜のサラダ	お好み焼き 牛乳	麩 鶏肉	米 じゃがいも	えのき もやし・ピーマン 人参・玉ねぎ・きゅうり・コーン
5 19 水	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 白身魚のムニエル・菜種和え 竹の子の炒め煮	野菜ポッキー ジョア(マスカット)	油揚げ 魚(カレイ) 挽肉	米	かぼちゃ 小松菜・コーン 長ネギ・竹の子・椎茸・キャベツ・絹さや
6 20 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉豆腐 大根の納豆和え	じゃがもち 牛乳	ワカメ 豆腐・豚肉 納豆	米	なめこ 椎茸・長ネギ・人参・グリーンピース 大根
7 21 金	麦茶 せんべい	鶏南蛮うどん インゲンとしめじのゴマ和え オレンジ	ゆかりおにぎり 牛乳	鶏肉 ツナ	うどん	玉ねぎ・人参・小松菜 インゲン・しめじ・人参 オレンジ
8・22 土	麦茶 せんべい	パン・ヨーグルト バナナ	せんべい 麦茶			
10 24 月	麦茶 せんべい	ポークカレー かぶのサラダ グレープフルーツ	りんごゼリー &せんべい 牛乳	豚肉 ツナ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参 かぶ・ミニトマト グレープフルーツ
11 25 火	麦茶 せんべい	サケごはん・みそ汁 手作りコロケ・ブロッコリー きのこのサラダ	マカロニきなこ 牛乳	魚(サケ) 挽肉	米 じゃがいも	小ネギ・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー えのき・しめじ・アスパラ・キャベツ
12 26 水	麦茶 せんべい	ごはん・中華スープ ホイコーロー(豚肉とキャベツのみそ炒め) 大根の甘酢和え	バナナ餃子 牛乳	ワカメ 豚肉	米	コーン 玉ねぎ・キャベツ・椎茸・ピーマン2色 大根・きゅうり
13 木	麦茶 せんべい	ミートソーススパゲティ・りんご ポテトサラダ	わかめおにぎり 牛乳	挽肉	スパゲティ じゃがいも	玉ねぎ・人参・マッシュルーム・りんご きゅうり・コーン・玉ねぎ
27 木 誕生会	麦茶 せんべい	彩りごはん・みそ汁 鶏肉の唐揚げ・オレンジ 菜の花の煮浸し	誕生日ケーキ 牛乳	鶏肉 油揚げ	米	コーン・人参・大根 オレンジ 菜の花
14 28 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 サワラの照り焼き・白菜のお浸し ビーフソテー	りんごパン 牛乳	魚(サワラ) 挽肉	米・里芋 ビーフン	もやし 白菜 玉ねぎ・人参・椎茸・水菜
15 土	麦茶 せんべい	パン・ヨーグルト バナナ	せんべい 麦茶			

午前おやつのはせんべいは、小丸純せんべい、サラダ味、サラダおかし、あげまる、鉄とカルシウム入りひじきせんべい、こめせんべいを日替わりで用意します。

土曜日のおやつのはせんべいは、星っこ又はあずきおかしを用意します。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。