

2025年 4月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食 ※初期は下線の食材		後期食		完了食	おやつ	午 前
	午前	午後	午前	午後	献立		午 後
1 火	お粥 ほぐしカレーのほうれん草あん みそ汁（じゃが芋） 麦茶	お粥 やわらか大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	軟飯 カレーとほうれん草煮 みそ汁（じゃが芋） 麦茶	軟飯 大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	ゆかりごはん かれいの煮物 ほうれん草の中華和え みそ汁（大根、油揚げ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 米粉の桜色蒸しパン 麦茶 牛乳	
2 水	お粥 ブロッコリーと人参のやわらかみそ煮 白菜スープ 麦茶	お粥 ツナキャベツやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと人参のみそ煮 白菜スープ 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん 豚肉のみそ炒め マカロニサラダ 白菜スープ 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 南瓜のきなこまぶし 麦茶 牛乳	
3 木	お粥 ほぐし鰯人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	お粥 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 鰯と人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	軟飯 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	ごはん 鰯の照り焼き 野菜炒め（キャベツ、ピーマン、コーン） みそ汁（茄子、豆腐） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ふきごはん 麦茶 牛乳	
4 金	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（里芋、人参） 麦茶	軟飯 鶏肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（里芋、人参） 麦茶	ごはん 鶏肉とアスパラのトマト煮 みそ汁（里芋、小松菜） 果物（パインアップル） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 お好み焼き 麦茶 牛乳	
5 土	くたくた野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉とキャベツのとろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	やわらか野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	肉うどん さつまいものオレンジ煮 果物（もも缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳	
7 月	お粥 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	お粥 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁（ほうれん草） 麦茶	軟飯 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 じゃが芋と人参の煮物 みそ汁（ほうれん草） 麦茶	三色丼 そら豆とトマトのフレンチサラダ みそ汁（なめこ、大根） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳	
8 火	お粥 ほぐしカレーのほうれん草あん みそ汁（じゃが芋） 麦茶	お粥 やわらか大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	軟飯 カレーとほうれん草煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	軟飯 大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	ごはん 鮭のパン粉焼き 小松菜の炒り煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 塩おにぎり 麦茶 牛乳	
9 水	お粥 ブロッコリーと人参のやわらかみそ煮 白菜スープ 麦茶	お粥 ツナキャベツやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと人参のみそ煮 白菜スープ 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 野菜の煮つけ みそ汁（切干大根、油揚げ） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 ナポリタンスバゲティ 麦茶 牛乳	
10 木	お粥 ほぐし鰯人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	お粥 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 鰯と人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	軟飯 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	ピースごはん 鰯のおろし煮 南瓜サラダ みそ汁（ほうれん草、人参） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 トマトドーナツ 麦茶 牛乳	
11 金	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（里芋、人参） 麦茶	軟飯 鶏肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（里芋、人参） 麦茶	ごはん 肉豆腐 もやしとチンゲン菜のナムル みそ汁（キャベツ、しめじ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 たけのこご飯 麦茶 牛乳	
12 土	くたくた野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉とキャベツのとろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	やわらか野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	焼きそば 中華スープ（しいたけ、チンゲン菜） 果物（パイン缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳	
14 月	お粥 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	お粥 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁（ほうれん草） 麦茶	軟飯 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 じゃが芋と人参の煮物 みそ汁（ほうれん草） 麦茶	カレーライス ブロッコリーの和風サラダ スープ（レタス、もやし） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー（オレンジ） せんべい 麦茶、牛乳	
15 火	お粥 ほぐしカレーのほうれん草あん みそ汁（じゃが芋） 麦茶	お粥 やわらか大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	軟飯 カレーとほうれん草煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	軟飯 大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	ゆかりごはん かれいの煮物 ほうれん草の中華和え みそ汁（大根、油揚げ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 米粉の桜色蒸しパン 麦茶 牛乳	

2025年 4月分献立表

ふらっと保育園

日 曜	中期食		後期食		完了食 献立	おやつ	午前	午後
	午前	午後	午前	午後			午前	午後
16 水	お粥 ブロッコリーと人参のやわらかみそ煮 白菜スープ 麦茶	お粥 ツナキャベツやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと人参のみそ煮 白菜スープ 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん 豚肉のみそ炒め マカロニサラダ 白菜スープ 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 南瓜のきなこまぶし 麦茶 牛乳		
17 木	お粥 ほぐし鰯人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	お粥 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 鰯と人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	軟飯 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	ごはん 鰯の照り焼き 野菜炒め（キャベツ、ピーマン、コーン） みそ汁（茄子、豆腐） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 ふきごはん 麦茶 牛乳		
18 金	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（里芋、人参） 麦茶	軟飯 鶏肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（里芋、人参） 麦茶	ごはん 鶏肉とアスパラのトマト煮 みそ汁（里芋、小松菜） 果物（パインアップル） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 お好み焼き 麦茶 牛乳		
19 土	くたくた野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉とキャベツのとろとろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	やわらか野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	肉うどん さつまいものオレンジ煮 果物（もも缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 レーズンパン 麦茶 牛乳		
21 月	お粥 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	お粥 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁（ほうれん草） 麦茶	軟飯 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 じゃが芋と人参の煮物 みそ汁（ほうれん草） 麦茶	三色丼 もろ豆とトマトのフレンチサラダ みそ汁（なめこ、大根） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 コーンフレーク 麦茶 牛乳		
22 火	お粥 ほぐしカレイのほうれん草あん みそ汁（じゃが芋） 麦茶	お粥 やわらか大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	軟飯 カレイとほうれん草煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	軟飯 大根の煮物 みそ汁（小松菜） 麦茶	ごはん 鮭のパン粉焼き 小松菜の炒り煮 みそ汁（じゃが芋、わかめ） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 塩おにぎり 麦茶 牛乳		
23 水	お粥 ブロッコリーと人参のやわらかみそ煮 白菜スープ 麦茶	お粥 ツナキャベツやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと人参のみそ煮 白菜スープ 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 野菜の煮つけ みそ汁（切干大根、油揚げ） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 ナポリタンスパゲティ 麦茶 牛乳		
24 木	お粥 ほぐし鰯人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	お粥 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 鰯と人参煮 みそ汁（茄子） 麦茶	軟飯 豆腐の南瓜クリーム煮 みそ汁（大根） 麦茶	ピースごはん 鰯のおろし煮 南瓜サラダ みそ汁（ほうれん草、人参） 麦茶	ヨーグルト 麦茶 トマトドーナツ 麦茶 牛乳		
25 金	お粥 鶏ひき肉と玉ねぎのとろとろ煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	お粥 小松菜のやわらか煮 みそ汁（里芋、人参） 麦茶	軟飯 鶏肉と玉ねぎの甘辛煮 みそ汁（キャベツ） 麦茶	軟飯 小松菜のやわらかナムル みそ汁（里芋、人参） 麦茶	【お誕生日会】 ごはん 煮込みハンバーグ ブロッコリーサラダ（わかめ） みそ汁（麩、南瓜） 麦茶	せんべい 麦茶 牛乳 【お誕生日おやつ】 お誕生日ケーキ 麦茶、牛乳		
26 土	くたくた野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） つぶし果物（もも缶） 麦茶	お粥 鶏ひき肉とキャベツのとろとろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	やわらか野菜うどん （玉ねぎ、ほうれん草） きざみ果物（もも缶） 麦茶	軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮 みそ汁（さつまいも） 麦茶	焼きそば 中華スープ（しいたけ、チンゲン菜） 果物（パイン缶） 麦茶	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳		
28 月	お粥 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	お粥 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁（ほうれん草） 麦茶	軟飯 トマトの豚そぼろ煮 みそ汁（大根） 麦茶	軟飯 じゃが芋と人参の煮物 みそ汁（ほうれん草） 麦茶	カレーライス ブロッコリーの和風サラダ スープ（レタス、もやし） 麦茶	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー（オレンジ） せんべい 麦茶、牛乳		
30 水	お粥 ブロッコリーと人参のやわらかみそ煮 白菜スープ 麦茶	お粥 ツナキャベツやわらか煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	軟飯 ブロッコリーと人参のみそ煮 白菜スープ 麦茶	軟飯 ツナキャベツ煮 みそ汁（玉ねぎ） 麦茶	ごはん さつまいものそぼろ煮 コーンとスナックえんどうのソテー みそ汁（チンゲン菜、人参） 麦茶	ビスケット 麦茶 牛乳 麩ラスク 麦茶 牛乳		

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。