



# 2026年4月給食だより



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ◀くるみ ◇カシューナッツ ◎アーモンド ◎マカダミアナッツ ◎ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き			おやつ(午後)		
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	水	かぼちゃボーロ お茶	アジの竜田焼 大根のそぼろ煮 ごはん 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	あじ 鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	しょうが 大根・人参・さやいんげん 小松菜・玉ねぎ・かぼちゃ パイン(缶詰)	砂糖・でん粉・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒・だし だし	お麩のラスク 牛乳	おつゆ餅・▲バター 砂糖 ▲牛乳
2	木	ぼたぼた焼 お茶	豚肉の甘酢炒め あおさポテト ごはん 味噌汁 フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ピーマン・人参 あおさのり キャベツ・もやし グレープフルーツルビー	油・砂糖・でん粉 じゃが芋・油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・酢・鶏がらスープ 塩 だし	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
3	金	白い風船ミルククリーム お茶	鶏肉のごまだれ ビーフンソテー ツナサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ●ハム ツナフレーク 赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・コーン キャベツ・きゅうり・人参 玉ねぎ・小松菜・しめじ	油・白ごま・白ねりごま・砂糖 ビーフン・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん 醤油・鶏がらスープ 酢・塩・醤油 だし	スイートパンブキン 牛乳	かぼちゃ・小麦粉・▲牛乳 ▲バター・砂糖・●卵 ▲牛乳
4	土	豆花クッキー お茶	けんちんうどん	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・油・里芋	だし・醤油・本みりん・塩		
6	月	五穀ビスケット お茶	豚丼 ひじきサラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	豚肉 かつおフレーク 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ひじき・コーン・人参・きゅうり ほうれん草・大根 オレンジ	米(国産)・押麦・砂糖・でん粉 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ餅	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん だし	さつま芋パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲牛乳・さつま芋 ▲牛乳
7	火	ソフトサラダ お茶	五目うどん 焼かぼちゃ チンゲン菜の和え物 フルーツ(バナナ)	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布 かぼちゃ チンゲン菜・もやし・人参・にんにく バナナ	うどん 油 白ごま・砂糖・調合ごま油	だし・醤油・本みりん 塩 醤油・塩	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
8	水	ぼたぼた焼 お茶	ハンバーグ ミニポテト 海藻サラダ ごはん 味噌汁	●/▲ハンバーグ 豆腐・赤みそ・白みそ	きゅうり・キャベツ・わかめ・人参 小松菜・玉ねぎ	油 ミニポテト 調合ごま油・白ごま 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース・ウスターソース・コンソメ 醤油	メロンパン風トースト 牛乳	▲食パン・▲バター・豆腐 砂糖・小麦粉 ▲牛乳
9	木	豆花クッキー お茶	白身魚フライ ほうれん草のおかか和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	白身魚フライ かつお節 赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参 キャベツ・玉ねぎ パイン(缶詰)	油 米(国産)・押麦 さつま芋	醤油	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳
10	金	かぼちゃボーロ お茶	カレーライス ブロッコリーのツナサラダ スープ フルーツ(グレープフルーツ)	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン 白菜・人参・しめじ グレープフルーツルビー	米(国産)・押麦・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩・醤油 コンソメ	あおさとチーズのクラッカー 牛乳	小麦粉・▲粉チーズ・あおさのり 砂糖・塩・油 ▲牛乳
11	土	ソフトサラダ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
13	月	白い風船ミルククリーム お茶	サーモンの味噌焼 キャベツのごま和え 麦入りごはん すまし汁 フルーツ(みかん缶)	ピンクサーモン・白みそ	キャベツ・人参 ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	砂糖・油 白ごま・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ餅	本みりん・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん ▲牛乳
14	火	ぼたぼた焼 お茶	スタミナ焼肉丼 春雨サラダ 味噌汁 チーズ	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ ▲チーズ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ	米(国産)・油・砂糖・白ごま 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油 だし	豆腐マフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・豆乳 ▲牛乳
15	水	五穀ビスケット お茶	鶏肉の塩こうじ焼 手作りふりかけ(ひじき) 切干大根サラダ 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉 かつお節 赤みそ・白みそ	ひじき 切干大根・きゅうり・人参 白菜・玉ねぎ・しめじ	油 砂糖・白ごま 砂糖・調合ごま油 米(国産)・押麦	塩こうじ 醤油 醤油・酢・本みりん だし	ポテトフライ 牛乳	ポテトフライ・油 塩 ▲牛乳
16	木	ソフトサラダ お茶	サバのごま煮 焼じゃが 小松菜のおかかマヨ和え ごはん 味噌汁	さば かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・人参 玉ねぎ・キャベツ	白ごま じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	だし・醤油・本みりん 塩 醤油 だし	ミルクトースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖・▲スキムミルク ▲牛乳
17	金	豆花クッキー お茶	スバグティボリタン コールスローサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ワインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン ほうれん草・大根・玉ねぎ バナナ	スバグティ・油・砂糖 油・砂糖	トマトケチャップ・塩 塩・醤油・酢 コンソメ	ごぼうの炊き込みおにぎり お茶	米(国産)・ごぼう・人参・油揚げ 料理酒・醤油・砂糖 麦茶
18	土	かぼちゃボーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
20	月	ぼたぼた焼 お茶	肉じゃが 白菜とハムのサラダ 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(パイン缶)	豚肉 ●ハム 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・きゅうり 大根・わかめ パイン(缶詰)	じゃが芋・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 油・砂糖 米(国産)・押麦	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢 だし	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・三温糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
21	火	豆花クッキー お茶	鶏肉の唐揚げ マカロニのカレーソテー 大根サラダ ごはん スープ	鶏肉	しょうが 玉ねぎ・ピーマン 大根・人参・きゅうり 人参・白菜・玉ねぎ	小麦粉・でん粉・油 マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・料理酒 酢・カレーパウダー・コンソメ 醤油・塩・醤油 コンソメ	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ▲牛乳
22	水	白い風船ミルククリーム お茶	鶏醤油ラーメン 焼さつま芋 キャベツの中華和え フルーツ(バナナ)	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油 調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オオスターソース 塩 塩・醤油・鶏がらスープ	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
23	木	ソフトサラダ お茶	さわらの照焼 ほうれん草の納豆和え 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(みかん缶)	さわら 納豆 赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参 大根・白菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖 米(国産)・押麦	醤油・本みりん 醤油 だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 ▲牛乳
24	金	かぼちゃボーロ お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ(オレンジ)	鶏肉・▲牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参 オレンジ	じゃが芋 キャベツ・オリーブ油 ▲食パン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	メープルスコーン 牛乳	▲ホットケーキミックス・▲バター メープルシロップ・▲牛乳 ▲牛乳
25	土	ぼたぼた焼 お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		
27	月	五穀ビスケット お茶	★魚のケチャップあんかけ ブロッコリーの中華和え 麦入りごはん 中華スープ フルーツ(パイン缶)	たら 豆腐	玉ねぎ・ピーマン・人参・しいたけ・にんにく ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ パイン(缶詰)	でん粉・油・砂糖 調合ごま油 米(国産)・押麦	塩・料理酒・鶏がらスープ・トマトケチャップ・醤油 塩・醤油・鶏がらスープ 鶏がらスープ・醤油	たご焼風ポテト 牛乳	じゃが芋・キャベツ・お好み焼きソース あおさのり・かつお節・赤パプリカ ▲牛乳
28	火	豆花クッキー お茶	豚肉の生姜炒め かぼちゃの甘煮 マカロニサラダ ごはん 味噌汁	豚肉	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが かぼちゃ きゅうり・人参・玉ねぎ キャベツ・もやし	油・砂糖 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒 だし	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
30	木	ソフトサラダ お茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 白菜の塩昆布和え フルーツ(グレープフルーツ)	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布 白菜・人参・塩昆布 グレープフルーツルビー	うどん・砂糖 油・砂糖 調合ごま油	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・醤油・トマトケチャップ	甘味噌おにぎり お茶	米(国産)・赤みそ・本みりん 砂糖・焼きのり 麦茶

栄養価の平均 (3歳以上) エネルギー532kcal たんぱく質19.8g 脂質14.8g カルシウム212mg 食塩相当量2.0g  
(3歳未満) エネルギー454kcal たんぱく質16.2g 脂質12.6g カルシウム175mg 食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年4月給食だより（離乳完了期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ◎アーモンド ◎マカダミアナッツ ◎ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	水	かぼちゃボーロ お茶	白身魚の竜田焼 大根のそぼろ煮 軟飯 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	たら 鶏ひき肉  赤みそ・白みそ	しょうが 大根・人参・さやいんげん  小松菜・玉ねぎ・かぼちゃ パイン（缶詰）	砂糖・でん粉・油 油・砂糖 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・本みりん・料理酒・だし  だし	お麩のラスク 牛乳	おつゆ餅・▲バター 砂糖 ▲牛乳
2	木	ハイハイ お茶	豚肉の甘酢炒め あおさポテト 軟飯 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	豚肉  油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ピーマン・人参 あおさのり キャベツ・もやし グレープフルーツピー	油・砂糖・でん粉 じゃが芋・油 米(国産)	トマトケチャップ・醤油・酢・鶏がらスープ 塩  だし	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 ▲牛乳
3	金	野菜ハイハイ お茶	鶏肉のごまだれ ピーマン・コーン ツナサラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 ●ハム ツナフレーク  赤みそ・白みそ	しょうが 玉ねぎ・コーン キャベツ・きゅうり・人参  玉ねぎ・小松菜・しめじ	油・白ごま・白ねりごま・砂糖 ピーマン・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	料理酒・醤油・本みりん 醤油・鶏がらスープ 酢・塩・醤油  だし	スイートパンキン 牛乳	かぼちゃ・小麦粉・▲牛乳 ▲バター・砂糖・●卵 ▲牛乳
4	土	ベビースティック お茶	けんちんうどん お茶	豚肉・生揚げ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・油・里芋	だし・醤油・本みりん・塩		
6	月	かぼちゃボーロ お茶	豚肉 ひじきサラダ 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豚肉 かつおフレーク 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ ひじき・コーン・人参・きゅうり ほうれん草・大根 オレンジ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ餅	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし・醤油・本みりん だし	さつま芋パンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・▲牛乳・さつま芋 ▲牛乳
7	火	ハイハイ お茶	五目うどん 焼かぼちゃ チンゲン菜の和え物 フルーツ（バナナ）	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布 かぼちゃ チンゲン菜・もやし・人参・にんにく バナナ	うどん 油 白ごま・砂糖・調合ごま油	だし・醤油・本みりん 塩 醤油・塩	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
8	水	野菜ハイハイ お茶	ハンバーグ ミニポテト 海藻サラダ 軟飯 味噌汁	●/▲ハンバーグ  豆腐・赤みそ・白みそ	きゅうり・キャベツ・わかめ・人参  小松菜・玉ねぎ	油 ミニポテト 調合ごま油・白ごま 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース・ウスターソース・コンソメ 醤油  だし	メロンパン風トースト 牛乳	▲食パン・▲バター・豆腐 砂糖・小麦粉 ▲牛乳
9	木	ベビースティック お茶	白身魚フライ（焼） ほうれん草のおかか和え 軟飯 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	白身魚フライ かつお節  赤みそ・白みそ	ほうれん草・もやし・人参  キャベツ・玉ねぎ パイン（缶詰）	油  米(国産) さつま芋	醤油  だし	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 ▲牛乳
10	金	かぼちゃボーロ お茶	カレーライス ブロッコリーのツナサラダ スープ フルーツ（グレープフルーツ）	豚肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン 白菜・人参・しめじ グレープフルーツピー	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム・りんごジャム 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ	あおさとチーズのクラッカー 牛乳	小麦粉・▲粉チーズ・あおさのり 砂糖・塩・油 ▲牛乳
11	土	ハイハイ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
13	月	野菜ハイハイ お茶	サーモンの味噌焼 キャベツのごま和え 軟飯 すまし汁 フルーツ（みかん缶）	ピンクサーモン・白みそ	キャベツ・人参  ほうれん草・玉ねぎ みかん(缶詰)	砂糖・油 白ごま・砂糖 米(国産) おつゆ餅	本みりん・料理酒 醤油  だし・醤油・塩	さつま芋きんとん 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん ▲牛乳
14	火	ベビースティック お茶	スタミナ焼肉丼 春雨サラダ 味噌汁 チーズ	豚肉 豆腐・赤みそ・白みそ ▲チーズ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・しょうが・にんにく きゅうり・人参 小松菜・玉ねぎ	米(国産)・油・砂糖・白ごま 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・本みりん・料理酒 酢・醤油 だし	豆腐マフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆腐・豆乳 ▲牛乳
15	水	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 手作りふりかけ（ひじき） 切干大根サラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 かつお節  赤みそ・白みそ	ひじき 切干大根・きゅうり・人参  白菜・玉ねぎ・しめじ	油 砂糖・白ごま 砂糖・調合ごま油 米(国産)	塩こうじ 醤油 醤油・酢・本みりん  だし	ポテトフライ（焼） 牛乳	ポテトフライ・油 塩 ▲牛乳
16	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚のごま煮 焼じゃが 小松菜のおかかマヨ和え 軟飯 味噌汁	たら かつお節  油揚げ・赤みそ・白みそ	小松菜・もやし・人参  玉ねぎ・キャベツ	白ごま じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	だし・醤油・本みりん 塩 醤油  だし	ミルクトースト 牛乳	▲食パン・▲バター 砂糖・▲スキムミルク ▲牛乳
17	金	ハイハイ お茶	スバグティポリタン コールスローサラダ スープ フルーツ（バナナ）	ワインナー	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・コーン ほうれん草・大根・玉ねぎ バナナ	スバグティ・油・砂糖 油・砂糖	トマトケチャップ・塩 塩・醤油・酢 コンソメ	ごぼうの炊き込みおにぎり お茶	米(国産)・ごぼう・人参・油揚げ 料理酒・醤油・砂糖 麦茶
18	土	かぼちゃボーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・さやいんげん・コーン 玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ		
20	月	ベビースティック お茶	肉じゃが 白菜とハムのサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ（パイン缶）	豚肉 ●ハム  油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん 白菜・きゅうり  大根・わかめ パイン（缶詰）	じゃが芋・糸こんにゃく(白滝)・砂糖 油・砂糖 米(国産)	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・酢  だし	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・三温糖 油・▲ヨーグルト・いちごジャム ▲牛乳
21	火	ハイハイ お茶	鶏肉の照焼 マカロニのカレーソース 大根サラダ 軟飯 スープ	鶏肉	しょうが 玉ねぎ・ピーマン 大根・人参・きゅうり  人参・白菜・玉ねぎ	油・砂糖 マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	醤油・本みりん 塩・カレーパウダー・コンソメ 酢・塩・醤油  コンソメ	ぶどうゼリー 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 ▲牛乳
22	水	かぼちゃボーロ お茶	鶏醤油ラーメン 焼さつま芋 キャベツの中華和え フルーツ（バナナ）	鶏肉	玉ねぎ・人参・ほうれん草・もやし  キャベツ・きゅうり・人参 バナナ	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油 調合ごま油	醤油・鶏がらスープ・塩・オリーブソース 塩 塩・醤油・鶏がらスープ	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
23	木	野菜ハイハイ お茶	さわらの照焼 ほうれん草の納豆和え 軟飯 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	さわら 納豆  赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参  大根・白菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	油・砂糖  米(国産)	醤油・本みりん 醤油  だし	いももち 牛乳	じゃが芋・でん粉・油 砂糖・醤油 ▲牛乳
24	金	かぼちゃボーロ お茶	クリームシチュー ツナサラダ パン フルーツ（オレンジ）	鶏肉・▲牛乳 ツナフレーク	人参・玉ねぎ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり・人参  オレンジ	じゃが芋 砂糖・オリーブ油 ▲食パン	▲クリームシチューミックス 酢・塩・醤油	メープルスコーン 牛乳	▲ホットケーキミックス・▲バター メープルシロップ・▲牛乳 ▲牛乳
25	土	ハイハイ お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		
27	月	ベビースティック お茶	★魚のケチャップあんかけ（焼） ブロッコリーの中華和え 軟飯 中華スープ フルーツ（パイン缶）	たら 豆腐	玉ねぎ・ピーマン・人参・しいたけ・にんにく ブロッコリー・人参  ほうれん草・玉ねぎ パイン（缶詰）	でん粉・油・砂糖 調合ごま油 米(国産)	塩・料理酒・鶏がらスープ・トマトケチャップ・醤油 塩・醤油・鶏がらスープ  鶏がらスープ・醤油	たご焼風ポテト 牛乳	じゃが芋・キャベツ・お好み焼きソース あおさのり・かつお節・赤パプリカ ▲牛乳
28	火	野菜ハイハイ お茶	豚肉の生姜炒め かぼちゃの甘煮 マカロニサラダ 軟飯 味噌汁	豚肉	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが かぼちゃ きゅうり・人参・玉ねぎ  キャベツ・もやし	油・砂糖 砂糖 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん・料理酒  だし	ジャムサンド 牛乳	▲食パン いちごジャム ▲牛乳
30	木	ハイハイ お茶	きつねうどん 肉団子のケチャップ煮 白菜の和え物 フルーツ（グレープフルーツ）	油揚げ チキンボール	ほうれん草・だし昆布  白菜・人参 グレープフルーツピー	うどん・砂糖 油・砂糖 調合ごま油	だし・醤油・本みりん・塩 本みりん・醤油・トマトケチャップ 醤油	甘味噌おにぎり お茶	米(国産)・赤みそ・本みりん 砂糖・焼きのり 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年4月給食だより（離乳後期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ④アーモンド ⑤マカダミアナッツ ⑥ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  小松菜・大根・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮  お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
2	木	ハイハイ お茶	鶏じゃが キャベツのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参  人参・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油  塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
3	金	野菜ハイハイ お茶	ツナと野菜の煮物 小松菜と玉ねぎのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
4	土	ベビースティック お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・里芋・でん粉	醤油		
6	月	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・だし昆布 きゅうり・人参  ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつまい お茶	さつまい 麦茶
7	火	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 小松菜・もやし	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
8	水	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 キャベツのおおさ煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり  小松菜・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
9	木	ベビースティック お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草ともやしのお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 ほうれん草・もやし  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油  醤油・塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 ▲スキムミルク 麦茶
10	金	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー  白菜・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
11	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん	醤油		
13	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつまい お茶	さつまい 麦茶
14	火	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜と玉ねぎの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
15	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりのおかか煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
16	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 じゃが芋のおおさ煮 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり  キャベツ・もやし・だし昆布	でん粉 じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油  醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	金	ハイハイ お茶	あんかけうどん 大根の旨煮 ほうれん草の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
18	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布  チンゲン菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油		
20	月	ベビースティック お茶	鶏じゃが 白菜ときゅうりの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり・だし昆布  大根・人参・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
21	火	ハイハイ お茶	そぼろ大根 人参の旨煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 人参・だし昆布  白菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
22	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつまい ほうれん草とキャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布  ほうれん草・キャベツ・だし昆布	うどん さつまい	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
23	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布  大根・白菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
24	金	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ スープ	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 ブロッコリー  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・でん粉  米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布	うどん・さつまい・でん粉	醤油		
27	月	ベビースティック お茶	白身魚のおおさ煮 人参の旨煮 5倍がゆ すまし汁	たら  豆腐	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  醤油・塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
28	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  もやし・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
30	木	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつまい ほうれん草の和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・白菜・人参・だし昆布  ほうれん草・人参	うどん・でん粉 さつまい	醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年4月給食だより（離乳中期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ②アーモンド ②マカダミアナッツ ②ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	水	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の煮付 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  小松菜・大根・だし昆布	でん粉  米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮  お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
2	木	ハイハイ お茶	鶏じゃが キャベツのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参  人参・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油  塩	煮りんご お茶	りんご 麦茶
3	金	野菜ハイハイ お茶	ツナと野菜の煮物 小松菜と玉ねぎのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	キャベツ・人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ  玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
4	土	ベビースティック お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・里芋・でん粉	醤油		
6	月	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	大根・だし昆布 きゅうり・人参  ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しさつまい お茶	さつまい 麦茶
7	火	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 小松菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 小松菜・もやし	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
8	水	野菜ハイハイ お茶	豆腐のそぼろ煮 キャベツのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・だし昆布・あおさのり  小松菜・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
9	木	ベビースティック お茶	白身魚の味噌煮 ほうれん草ともやしのお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 ほうれん草・もやし  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油  醤油・塩	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 ▲スキムミルク 麦茶
10	金	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー  白菜・だし昆布	じゃが芋  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
11	土	ハイハイ お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布	うどん	醤油		
13	月	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 キャベツの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつまい お茶	さつまい 麦茶
14	火	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 小松菜と玉ねぎの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 小松菜・玉ねぎ・だし昆布  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
15	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布  玉ねぎ・人参・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
16	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の味噌煮 じゃが芋のお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり  キャベツ・もやし・だし昆布	でん粉 じゃが芋・でん粉 米(国産)	醤油  醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	金	ハイハイ お茶	あんかけうどん 大根の旨煮 ほうれん草の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
18	土	かぼちゃポーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布  チンゲン菜・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油		
20	月	ベビースティック お茶	鶏じゃが 白菜ときゅうりの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり・だし昆布  大根・人参・だし昆布	じゃが芋  米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
21	火	ハイハイ お茶	そぼろ大根 人参の旨煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	大根・だし昆布 人参・だし昆布  白菜・玉ねぎ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
22	水	かぼちゃポーロ お茶	煮込みうどん 蒸しさつまい ほうれん草とキャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布  ほうれん草・キャベツ・だし昆布	うどん さつまい	醤油 醤油	青のりおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
23	木	野菜ハイハイ お茶	白身魚の煮付 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆  赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布  大根・白菜・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
24	金	かぼちゃポーロ お茶	ツナとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ スープ	ツナフレーク  赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 ブロッコリー  キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・でん粉  米(国産)	醤油 醤油  塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	土	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん	鶏ひき肉(ささみ)	人参・大根・だし昆布	うどん・さつまい・でん粉	醤油		
27	月	ベビースティック お茶	白身魚のお浸し 人参の旨煮 7倍がゆ すまし汁	たら  豆腐	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 人参・だし昆布  ほうれん草・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油  醤油・塩	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
28	火	野菜ハイハイ お茶	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)  赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布  もやし・だし昆布	でん粉  米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
30	木	ハイハイ お茶	鶏野菜うどん 蒸しさつまい ほうれん草の和え物	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・白菜・人参・だし昆布  ほうれん草・人参	うどん・でん粉 さつまい	醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ 人参・赤みそ 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



# 2026年4月給食だより（離乳初期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ①アーモンド ②マカダミアナッツ ③ビスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	水	10倍がゆ 小松菜のペースト かぼちゃのペースト 大根のペースト		小松菜 かぼちゃ 大根	米(国産)	
2	木	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		キャベツ 人参	米(国産) じゃが芋	
3	金	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		小松菜 人参 玉ねぎ	米(国産)	
4	土	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		大根 人参 ほうれん草	米(国産)	
6	月	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト		大根 人参 ほうれん草	米(国産)	
7	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 小松菜のペースト		かぼちゃ 人参 小松菜	米(国産)	
8	水	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	キャベツ 人参	米(国産)	
9	木	10倍がゆ 人参のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト		人参 ほうれん草 玉ねぎ	米(国産)	
10	金	10倍がゆ ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト 白菜のペースト		ブロッコリー 白菜	米(国産) じゃが芋	
11	土	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ 人参 玉ねぎ	米(国産)	
13	月	10倍がゆ キャベツのペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト		キャベツ ほうれん草 玉ねぎ	米(国産)	
14	火	10倍がゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト	豆腐	小松菜 人参	米(国産)	
15	水	10倍がゆ 白菜のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		白菜 玉ねぎ 人参	米(国産)	
16	木	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト		キャベツ 人参	米(国産) じゃが芋	
17	金	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト		人参 大根 ほうれん草	米(国産)	
18	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト	豆腐	人参 玉ねぎ	米(国産)	
20	月	10倍がゆ 白菜のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト		白菜 人参	米(国産) じゃが芋	
21	火	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 人参のペースト 大根のペースト		玉ねぎ 人参 大根	米(国産)	
22	水	10倍がゆ キャベツのペースト さつま芋のペースト ほうれん草のペースト		キャベツ ほうれん草	米(国産) さつま芋	
23	木	10倍がゆ 白菜のペースト 人参のペースト 大根のペースト		白菜 人参 大根	米(国産)	
24	金	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト ブロッコリーのペースト		人参 ブロッコリー	米(国産) じゃが芋	
25	土	10倍がゆ さつま芋のペースト 人参のペースト 大根のペースト		人参 大根	米(国産) さつま芋	
27	月	10倍がゆ ほうれん草のペースト 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	ほうれん草 人参	米(国産)	
28	火	10倍がゆ かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト		かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ	米(国産)	
30	木	10倍がゆ 人参のペースト さつま芋のペースト 白菜のペースト		人参 白菜	米(国産) さつま芋	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。