



令和6年4月保育園給食献立表



春日井市こども未来部保育課

Table with columns for Date, Time, Dish Name, Ingredients, and Nutritional Value. It lists daily menus from April 1st to 30th, categorized by day of the week (e.g., 15日 月, 16日 火).

※ 「塩」は味の調整に随時使用します。 ※ 「酢」は蓮根・牛蒡等の褐変防止に随時使用します。 ※ 「米・牛乳(10)・鶏肉・小麦粉・米粉・卵」の産地は年間を通じて愛知県産の予定です。 ※ 材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

ご入園・ご進級おめでとうございます
保育園給食は、厚生労働省が定める「日本人の食事摂取基準」に基づき、昼食は1日全体の概ね1/3、おやつは1日全体の10～20%を摂取目標量とし、家庭で不足しがちな栄養素がとれるように考慮しながら和食中心の栄養バランスのよい給食を衛生管理のもとで作っています。



# 令和6年4月保育園給食献立表 離乳食(後期・中期)



\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

春日井市こども未来部保育課

| 日曜  | 時間 | 献立           | 材 料 名             |                    |                    |               |
|-----|----|--------------|-------------------|--------------------|--------------------|---------------|
|     |    |              | 黄色の食品<br>熱や力になるもの | 赤の食品<br>血や肉や骨になるもの | 緑の食品<br>体の調子を整えるもの | その他<br>(調味料等) |
| 1月  | 15 | 午前 菓子        | お野菜すなっく南瓜お芋       |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 鶏肉入り野菜おじや | 米、砂糖              | 鶏肉                 | 玉葱、人参、葱、えのき茸       | 醤油            |
|     |    | 煮キャベツ        |                   |                    | キャベツ               |               |
| 2火  | 16 | 午後 菓子        | ひじきと青のりおせんべい      |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | ひじきせんべい           |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 野菜粥       | 米                 |                    | 小松菜、人参、葱、エリンギ      |               |
| 3水  | 17 | 午後 菓子        | 小魚せんべい            |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | 小魚ひじきおこめせん        |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 ささみと野菜粥   | 米、じゃが芋            | 鶏肉                 | 玉葱                 |               |
| 4木  | 18 | 煮野菜          |                   |                    | キャベツ、人参            |               |
|     |    | 午後 菓子        | お野菜せんべい法連草人参      |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | 小魚ひじきおこめせん        |                    |                    |               |
| 5金  | 19 | 昼食 ささみと野菜粥   | 米、じゃが芋            | 鶏肉                 | 玉葱                 |               |
|     |    | 煮野菜          |                   |                    | キャベツ、人参            |               |
|     |    | でこぼん         |                   |                    | でこぼん               |               |
| 6土  | 20 | 午後 煮南瓜       | 砂糖                |                    | 南瓜                 |               |
|     |    | 午前 菓子        | ソフトな小魚せん          |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 人参粥       | 米                 |                    | 人参                 |               |
| 7日  | 21 | 豆腐と野菜の煮物     | 里芋、砂糖             | 豆腐、鰹粉、みそ           | 法連草、椎茸             |               |
|     |    | バナナ          |                   |                    | バナナ                |               |
|     |    | 午後 菓子        | たまごボーロ            |                    |                    |               |
| 8月  | 22 | 午前 菓子        | カルシウムおせんべい        |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 ツナ入り野菜粥   | 米                 | 鮭水煮                | 人参、玉葱              |               |
|     |    | 野菜スープ        | じゃが芋              |                    | 青梗菜、エリンギ           | 野菜スープ         |
| 9火  | 23 | 午後 菓子        | しらす&わかめせんべい       |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 煮込みスパゲティ  | スパゲティ             | かれい                | 玉葱、人参、ピーマン         | コンソメ、トマトピューレ  |
|     |    | 煮りんご         | 砂糖                |                    | りんご                |               |
| 10水 | 24 | 午後 菓子        | 鉄分入りソフトおせんべい      |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | カルマグふわせん          |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 人参粥       | 米                 |                    | 人参                 |               |
| 11木 | 25 | 魚のコーンクリーム煮   |                   | かれい                | キャベツ、青梗菜、玉葱        | コーンクリームスープ    |
|     |    | 午後 菓子        | お野菜すなっく人参トマト      |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | お魚すなっく            |                    |                    |               |
| 12金 | 26 | 昼食 そぼろおじや    | 米、砂糖              | 鶏肉                 | 人参                 | 醤油            |
|     |    | 野菜汁          |                   | 煮干、昆布              | 大根、葱、しめじ           |               |
|     |    | 煮りんご         | 砂糖                |                    | りんご                |               |
| 13土 | 27 | 午後 さつまいも     | さつま芋              |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | ほうれん草と小松菜せんべい     |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 キャベツ粥     | 米                 |                    | キャベツ               |               |
| 14日 | 28 | 鶏肉と野菜のスープ煮   |                   | 鶏肉                 | 玉葱、人参、マッシュルーム      | コンソメ          |
|     |    | 菓子           | かぼちゃ&にんじんリング      |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | ポテトとほうれん草のおせんべい   |                    |                    |               |
| 15月 | 29 | 昼食 豆腐入り野菜粥   | 米                 | 豆腐                 | 人参、葱               |               |
|     |    | 煮野菜          |                   |                    | 胡瓜、人参              | 和風だし          |
|     |    | 午後 菓子        | 6つの野菜おせんべい        |                    |                    |               |
| 16火 | 30 | 午前 菓子        | 野菜入りソフトおせんべい      |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 ツナ入りトマト粥  | 米                 | 鮭水煮                | 玉葱、ピーマン、マッシュルーム    | トマトピューレ       |
|     |    | じゃがいもスープ     | じゃが芋              |                    | エリンギ               |               |
| 17水 | 31 | でこぼん         |                   |                    | でこぼん               |               |
|     |    | 午後 菓子        | ひじきと青のりおせんべい      |                    |                    |               |
|     |    | 昼食 豆腐入り野菜粥   | 米                 | 豆腐、鰹粉              | キャベツ、玉葱、人参         |               |
| 18木 | 1  | オレンジ         |                   |                    | オレンジ               |               |
|     |    | 午後 菓子        | 緑黄色野菜ボーロ          |                    |                    |               |
|     |    | 午前 菓子        | お野菜すなっく南瓜お芋       |                    |                    |               |
| 19金 | 2  | 昼食 ツナ入り野菜おじや | 米                 | 鮭水煮                | 人参、椎茸              |               |
|     |    | 野菜汁          |                   | 鰹粉、昆布              | 玉葱、葱               |               |
|     |    | 午後 菓子        | しらす&わかめせんべい       |                    |                    |               |

※削り節・花かつお・昆布・きのこと類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。  
※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

### ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ポツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ポツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。





# 令和6年4月保育園給食献立表 離乳食(初期)



\*\*\*粉ミルクは午前・昼食・午後につきます\*\*\*

春日井市こども未来部保育課

| 日曜  | 時間  | 献立                            | 材 料 名             |                    |                            |               |
|-----|-----|-------------------------------|-------------------|--------------------|----------------------------|---------------|
|     |     |                               | 黄色の食品<br>熱や力になるもの | 赤の食品<br>血や肉や骨になるもの | 緑の食品<br>体の調子を整えるもの         | その他<br>(調味料等) |
| 1月  | 15月 | 昼食 豆腐入り野菜おじや<br>煮キャベツ         | 米                 | 豆腐                 | 玉葱、人参、えのき茸<br>キャベツ         |               |
| 2火  | 16火 | 昼食 野菜粥<br>かれいと野菜のスープ煮         | 米                 |                    | 小松菜、人参、エリンギ<br>かれい         | 野菜スープ         |
| 3水  |     | 昼食 豆腐と野菜粥<br>煮野菜              | 米、じゃが芋            | 豆腐                 | 玉葱<br>キャベツ、人参              |               |
|     | 17水 | 昼食 豆腐と野菜粥<br>煮野菜<br>でこぼん      | 米、じゃが芋            | 豆腐                 | 玉葱<br>キャベツ、人参<br>でこぼん      |               |
| 4木  | 18木 | 昼食 人参粥<br>豆腐と野菜の煮物<br>バナナ     | 米<br>里芋           |                    | 人参<br>法連草、椎茸<br>バナナ        |               |
| 5金  | 19金 | 昼食 豆腐入り野菜粥<br>野菜スープ           | 米<br>じゃが芋         | 豆腐                 | 人参、玉葱<br>青梗菜、エリンギ          | 野菜スープ         |
| 6土  | 20土 | 昼食 野菜おじや<br>煮りんご              | 米                 | かれい                | 玉葱、人参<br>りんご               | コンソメ          |
| 8月  | 22月 | 昼食 人参粥<br>魚のコーンクリーム煮          | 米                 |                    | 人参<br>かれい                  | コーンクリームスープ    |
| 9火  | 23火 | 昼食 そぼろおじや<br>野菜汁<br>煮りんご      | 米                 | 豆腐<br>煮干、昆布        | 人参<br>大根、しめじ<br>りんご        |               |
| 10水 | 24水 | 昼食 キャベツ粥<br>豆腐と野菜のスープ煮        | 米                 |                    | キャベツ<br>玉葱、人参、マッシュルーム      | コンソメ          |
| 11木 | 25木 | 昼食 豆腐入り野菜粥<br>煮野菜             | 米                 | 豆腐                 | 人参<br>胡瓜、人参                | 和風だし          |
| 12金 | 26金 | 昼食 魚入り野菜粥<br>じゃがいもスープ<br>でこぼん | 米<br>じゃが芋         | かれい                | 玉葱、マッシュルーム<br>エリンギ<br>でこぼん |               |
| 13土 | 27土 | 昼食 豆腐入り野菜粥<br>オレンジ            | 米                 | 豆腐、鰹粉              | キャベツ、玉葱、人参<br>オレンジ         |               |
|     | 30火 | 昼食 魚入り野菜おじや<br>野菜汁            | 米                 | かれい                | 人参、椎茸<br>玉葱                |               |

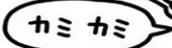
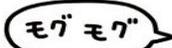
※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

## \*\*\*\*\* 離乳食の進め方 \*\*\*\*\*



初期(5~6か月)は1回食で、ドロドロにしたものを飲み込みます。中期(7~8か月)は2回食。上あごと舌で押しつぶしながら飲み込みます。この時期にはたんぱく質も与え、薄い塩味をつけます。後期(9~11か月)は3回食。歯ぐきでつぶしながらさまざまな味や感触も楽しめます。ここまでの離乳食は毎食ミルクとセットですが、移行食(12~18か月)のころは1日3回の食事とおやつで十分になります。



## \*\*\*\*\*

### ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリ又ス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリ又ス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

