



4月 献立表



令和8年

ミルキーホーム

日曜	献立名			あか	さいろ	みどり	その他	
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える		
1	水	しらす&わかめせんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 大根のきんぴら パナナ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 さつま芋 塩こうじ ごま油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ せんべい	植物だし 大根 人参 さやいんげん バナナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
2	木	おこめせん 牛乳	ご飯 コンソメスープ にこにこミートローフ フレンチサラダ みかん缶 麦茶	豆乳寒天 どうぶつビスケット 牛乳	豚肉 木綿豆腐 牛乳 豆乳	米 油 砂糖 ビスケット おこめせん	しめじ チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー みかん缶 粉 寒天 黄桃缶	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶
3	金	小魚せんべい 牛乳	【清明】ご飯 味噌汁 さわらのあげぼの焼き なめたけ和え ジョア 麦茶	あんこパイ 牛乳	味噌 高野豆腐 さわら ジョア つぶあん 牛乳	米 ノンエッグマヨネーズ パイシート せんべい	植物だし 切干大根 ほうれん草 人参 白菜 きゅうり なめ茸	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
4	土	おこめせん 牛乳	鶏井 味噌汁 小松菜のお浸し オレンジ 麦茶	カップゼリー(青りんご) ウエハース 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 じゃが芋 青りんごゼリー ウエハース せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
6	月	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼き 大根のサラダ オレンジ 麦茶	ココアパンケーキ 牛乳	かつおだしパック 鶏肉 味噌 スキムミルク 牛乳	米 砂糖 油 ホットケーキミックス せんべい	人参 白菜 万能ねぎ 大根 きゅうり コーン オレンジ	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん 料理酒 穀物酢 麦茶 ココア
7	火	小魚せんべい 牛乳	ビビンバ丼 わかめスープ かぼちゃの煮物 ヨーグルト 麦茶	にらちぢみ 牛乳	豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 ごま油 砂糖 薄力粉 油 せんべい	しょうが ほうれん草 もやし 人 参 えのき茸 わかめ 南瓜 グリンピース には 玉ねぎ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 みりん 料理酒 麦茶 穀物酢
8	水	野菜入りそふ とせん 牛乳	ポークカレーライス コンソメスープ キャベツとツナのサラダ パナナ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 ウエハース せんべい	玉ねぎ 人参 キャベツ パナナ ぶどうジュース アガー	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶 チキンスープの 素
9	木	しらす&わかめせんべい 牛乳	野菜パン コーンスープ 鶏肉のケチャップ炒め 白菜のマヨサラダ オレンジ 麦茶	人参おにぎり 麦茶	鶏肉 牛乳	野菜パン 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米 無塩バター せんべい	人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 きゅうり チンゲン菜 オレンジ ブロッコリー	シチューフレーク 水 トマトケチャップ 料理酒 塩 麦茶 チキンスープの素
10	金	ハイハイ 牛乳	ご飯 味噌汁 あじの和風パン粉焼き 厚揚げの煮物 白桃缶 麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	味噌 あじ 厚揚げ 牛乳	米 小切麩 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 フルーツパン せんべい いちごジャム	植物だし 南瓜 にんにく しょうが 青のり 人参 しめじ さやいんげん 白桃缶	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶
11	土	野菜入りそふ とせん 牛乳	高野豆腐そぼろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	パンケーキ ソフトサラダせんべい 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 パンケーキ せんべい 野菜入りそふとせん	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 切干大根 小松菜 もやし きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
13	月	しらす&わかめせんべい 牛乳	ご飯 豚汁 コロッケ 塩昆布和え オレンジ 麦茶	クッキー ジュース	味噌 豚肉 牛乳	米 油 コロッケ 片栗粉 薄力粉 砂糖 無塩バター せんべい	植物だし 大根 人参 ごぼう 長ねぎ キャベツ コーン 塩昆布 オレンジ ジュース	水 料理酒 麦茶 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょう ゆ
14	火	小魚せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き トマトドレッシングサラダ グレープフルーツ 麦茶	レーズン入りかぼちゃ茶巾 牛乳	味噌 高野豆腐 ぶり 牛乳	米 油 砂糖 せんべい	植物だし 白菜 なめこ もやし 人参 チンゲン菜 グレープ フルーツ 南瓜 レーズン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん トマトドレッシング 麦茶
15	水	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 大根のきんぴら パナナ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	米 さつま芋 塩こうじ ごま油 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ せんべい	植物だし 大根 人参 さやいんげん バナナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
16	木	おこめせん 牛乳	ご飯 コンソメスープ にこにこミートローフ フレンチサラダ みかん缶 麦茶	豆乳寒天 どうぶつビスケット 牛乳	豚肉 木綿豆腐 豆乳 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ビスケット おこめせん	しめじ チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー みかん缶 粉 寒天 黄桃缶	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢 麦茶
17	金	野菜入りそふ とせん 牛乳	肉野菜うどん さつま芋のマヨ和え チーズ 麦茶	わかめおにぎり 小魚(以上児クラス) 麦茶	豚肉 かつおだしパック チーズ 煮干し 牛乳	うどん 油 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 米 野菜入りそふとせん	人参 干しいたけ 白菜 長ね ぎ ほうれん草 きゅうり コーン わかめご飯の素	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶
18	土	小魚せんべい 牛乳	鶏井 味噌汁 小松菜のお浸し オレンジ 麦茶	カップゼリー(青りんご) ウエハース 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	米 じゃが芋 青りんごゼリー ウエハース せんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース 植物だし 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
20	月	ハイハイ 牛乳	【穀雨】ご飯 さやえんどうの味噌汁 たらのみりん焼き キャベツの海苔和え ジョア 麦茶	あんこパイ 牛乳	味噌 油揚げ たら ジョ ア つぶあん 牛乳	米 砂糖 パイシート ハイハイ	植物だし 玉ねぎ さやえんどう しょうが キャベツ 人参 ほうれ ん草 焼きのり	水 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶
21	火	小魚せんべい 牛乳	ビビンバ丼 わかめスープ かぼちゃの煮物 ヨーグルト 麦茶	にらちぢみ 牛乳	豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 ごま油 砂糖 薄力粉 油 せんべい	しょうが ほうれん草 もやし 人 参 えのき茸 わかめ 南瓜 グリンピース には 玉ねぎ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 みりん 料理酒 麦茶 穀物酢
22	水	おこめせん 牛乳	ポークカレーライス コンソメスープ キャベツとツナのサラダ パナナ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 牛乳	豚肉 ツナ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 ウエハース せんべい	玉ねぎ 人参 キャベツ パナナ ぶどうジュース アガー	水 カレールウ 穀物酢 塩 麦茶 チキンスープの 素
23	木	野菜入りそふ とせん 牛乳	野菜パン コーンスープ 鶏肉のケチャップ炒め 白菜のマヨサラダ オレンジ 麦茶	人参おにぎり カルピス	鶏肉 牛乳 カルピス	野菜パン 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 米 無塩バター せんべい	人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 きゅうり チンゲン菜 オレンジ ブロッコリー	シチューフレーク 水 トマトケチャップ 料理酒 塩 麦茶 チキンスープの素
24	金	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 あじの和風パン粉焼き 厚揚げの煮物 パナナ 麦茶	いちごジャムマフィン 牛乳	味噌 あじ 厚揚げ 牛乳	米 小切麩 薄力粉 パン粉 油 片栗粉 無塩バター 砂糖 いちごジャム せんべい	植物だし 南瓜 にんにく しょうが 青のり 人参 しめじ さやいんげん パナナ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
25	土	野菜入りそふ とせん 牛乳	高野豆腐そぼろ丼 味噌汁 もやしと干しえびの和え物 グレープフルーツ 麦茶	パンケーキ ソフトサラダせんべい 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 干しえび 牛乳	米 油 砂糖 パンケーキ せんべい 野菜入りそふとせん	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 切干大根 小松菜 もやし きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
27	月	おこめせん 牛乳	ご飯 豚汁 コロッケ 塩昆布和え オレンジ 麦茶	クッキー 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	米 油 コロッケ 片栗粉 薄力粉 砂糖 無塩バター せんべい	植物だし 大根 人参 ごぼう 長ねぎ キャベツ コーン 塩昆布 オレンジ	水 料理酒 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶
28	火	ほうれん草と 小松菜せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き トマトドレッシングサラダ グレープフルーツ 麦茶	レーズン入りかぼちゃ茶巾 牛乳	味噌 高野豆腐 ぶり 牛乳	米 油 砂糖 せんべい	植物だし 白菜 なめこ もやし 人参 チンゲン菜 グレープ フルーツ 南瓜 レーズン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん トマトドレッシング 麦茶
30	木	野菜入りそふ とせん 牛乳	肉野菜うどん さつま芋のマヨ和え チーズ 麦茶	わかめおにぎり 小魚(以上児クラス) 麦茶	豚肉 かつおだしパック チーズ 煮干し 牛乳	うどん 油 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 米 野菜入りそふとせん	人参 干しいたけ 白菜 長ね ぎ ほうれん草 きゅうり コーン わかめご飯の素	水 こいくちしょうゆ みりん 塩 料理酒 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	550	19.3	17.1	300	1.5
幼児 平均量	556	20.1	17.5	285	1.5
乳児 目標量	481	16.8	15	225	1.3
乳児 平均量	483	17.3	15.4	280	1.2

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

☆献立には食材や天候により、おいしくて安全な給食を提供するために内容を変更する場合がございます。

☆献立には一切、鶏卵を使用しておりません。献立に使用している食材で食べたことのない物がある場合は、ご家庭で2回以上食べてみてアレルギー反応が出ないか確認をお願いします。

発行：株式会社ミルキーホーム

令和8年 4月



離乳食献立表



ミルキーホーム

		初期	中期	後期	
日	曜	お昼	お昼	お昼	午後
1	水	お粥 人参ペースト 大根ペースト	お粥 さつま芋の味噌汁 鶏ひき肉と人参の煮物 大根の煮物	軟飯 さつま芋の味噌汁 鶏ひき肉と人参の煮物 大根スティック	バナナ
2	木	お粥 キャベツペースト ブロッコリーペースト	お粥 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物 人参スティック	ハイハイ
3	金	お粥 白菜ペースト 人参ペースト	お粥 ほうれん草の味噌汁 高野豆腐と白菜の煮物 人参の煮物	軟飯 ほうれん草の味噌汁 高野豆腐と白菜の煮物 人参スティック	小魚せんべい
4	土	お粥 小松菜ペースト じゃが芋ペースト	お粥 人参の味噌汁 鶏ひき肉と小松菜の煮物 じゃが芋の煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏ひき肉と小松菜の煮物 じゃが芋スティック	ウエハース
6	月	お粥 人参ペースト 大根ペースト	お粥 白菜のスープ 高野豆腐と人参の味噌煮 大根の煮物	軟飯 白菜のスープ 高野豆腐と人参の味噌煮 スティック大根	しらす&わかめせんべい
7	火	お粥 ほうれん草ペースト かぼちゃペースト	豚そぼろとのほうれん草の混ぜご飯 人参のスープ かぼちゃの煮物	豚そぼろとのほうれん草の混ぜご飯 人参のスープ かぼちゃの煮物 ヨーグルト	ハイハイ
8	水	お粥 玉ねぎペースト キャベツペースト	豚ひき肉と玉ねぎの混ぜご飯 じゃが芋のスープ キャベツの煮物	豚ひき肉と玉ねぎの混ぜご飯 じゃが芋のスープ キャベツの煮物 人参スティック	バナナ
9	木	お粥 人参ペースト 白菜ペースト	パン粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と人参の煮物 白菜の煮物	スティックパン 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と人参の煮物 白菜の煮物 きゅうりスティック	ケチャップ軟飯
10	金	お粥 かれいペースト 人参ペースト	お粥 葱の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 人参の煮物	軟飯 葱の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 人参スティック	小魚せんべい
11	土	お粥 小松菜ペースト きゅうりペースト	お粥 人参の味噌汁 鶏そぼろと小松菜の煮物 きゅうりの煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏そぼろと小松菜の煮物 きゅうりスティック	ハイハイ
13	月	お粥 大根ペースト キャベツペースト	お粥 人参の味噌汁 豚ひき肉と大根の煮物 キャベツの煮物	軟飯 人参の味噌汁 豚ひき肉と大根の煮物 キャベツの煮物	ウエハース
14	火	お粥 チンゲン菜ペースト 人参ペースト	お粥 白菜の味噌汁 高野豆腐とチンゲン菜の煮物 人参の煮物	軟飯 白菜の味噌汁 高野豆腐とチンゲン菜の煮物 スティック人参	かぼちゃ茶巾
15	水	お粥 人参ペースト 大根ペースト	お粥 さつま芋の味噌汁 鶏ひき肉と人参の煮物 大根の煮物	軟飯 さつま芋の味噌汁 鶏ひき肉と人参の煮物 大根スティック	バナナ
16	木	お粥 キャベツペースト ブロッコリーペースト	お粥 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物 人参スティック	しらす&わかめせんべい
17	金	お粥 白菜ペースト さつま芋ペースト	豚ひき肉と白菜の煮込みうどん さつま芋の煮物	豚ひき肉と白菜の煮込みうどん さつま芋スティック きゅうりスティック	人参軟飯
18	土	お粥 小松菜ペースト じゃが芋ペースト	お粥 人参の味噌汁 鶏ひき肉と小松菜の煮物 じゃが芋の煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏ひき肉と小松菜の煮物 じゃが芋スティック	ウエハース
20	月	お粥 キャベツペースト 人参ペースト	お粥 玉ねぎの味噌汁 たらとキャベツの煮物 人参の煮物	軟飯 玉ねぎの味噌汁 たらとキャベツの煮物 人参スティック	ハイハイ
21	火	お粥 ほうれん草ペースト かぼちゃペースト	豚そぼろとのほうれん草の混ぜご飯 人参のスープ かぼちゃの煮物	豚そぼろとのほうれん草の混ぜご飯 人参のスープ かぼちゃの煮物 ヨーグルト	小魚せんべい
22	水	お粥 玉ねぎペースト キャベツペースト	豚ひき肉と玉ねぎの混ぜご飯 じゃが芋のスープ キャベツの煮物	豚ひき肉と玉ねぎの混ぜご飯 じゃが芋のスープ キャベツの煮物	バナナ
23	木	お粥 人参ペースト 白菜ペースト	パン粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と人参の煮物 白菜の煮物	スティックパン 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と人参の煮物 白菜の煮物	ケチャップ軟飯
24	金	お粥 かれいペースト 人参ペースト	お粥 葱の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 人参の煮物	軟飯 葱の味噌汁 かれいとかぼちゃの煮物 人参スティック	バナナ
25	土	お粥 小松菜ペースト きゅうりペースト	お粥 人参の味噌汁 鶏そぼろと小松菜の煮物 きゅうりの煮物	軟飯 人参の味噌汁 鶏そぼろと小松菜の煮物 きゅうりスティック	ハイハイ
27	月	お粥 大根ペースト キャベツペースト	お粥 人参の味噌汁 豚ひき肉と大根の煮物 キャベツの煮物	軟飯 人参の味噌汁 豚ひき肉と大根の煮物 キャベツの煮物	しらす&わかめせんべい
28	火	お粥 チンゲン菜ペースト 人参ペースト	お粥 白菜の味噌汁 高野豆腐とチンゲン菜の煮物 人参の煮物	軟飯 白菜の味噌汁 高野豆腐とチンゲン菜の煮物 人参スティック	かぼちゃ茶巾
30	木	お粥 白菜ペースト さつま芋ペースト	豚ひき肉と白菜の煮込みうどん さつま芋の煮物	豚ひき肉と白菜の煮込みうどん さつま芋スティック きゅうりスティック	人参軟飯

初期のポイント

- ・固さはポターージュ状〜ジャム状
- ・離乳食を飲み込む練習
- ・まずは舌触りになれる

最初はお粥をあげたまま食べてしまいがちですが、だんだんと慣れて、上唇を下げて離乳食をはさみとるようになります。唇を開いて飲み込めたら↑ステップ成長です。

中期のポイント

- ・固さは舌でつぶせるお豆腐くらい
- ・やわらかい固まりを舌でつぶす時期
- ・食品の種類をふやしていきます

中期になったら、ザラザラや粒々の形状から始めましょう。赤ちゃんは、舌を上下に動かして食べ物舌で押しつぶすことを覚えていきます。

後期のポイント

- ・固さはバナナくらい
- ・味や固さにも好みが出てくる時期
- ・自分で食べる練習をしていきましょう

後期頃になると、歯茎と歯を使って離乳食をかみかみするようになります。赤ちゃんに「カミカミ」と声をかけながら、よく噛む習慣も身につけていきましょう。