

4月 給食献立表

令和5年

幼児

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	土	入園式(弁当日)	自然素材のお菓子 お茶		自然素材のお菓子		番茶
3	月	ごはん さばの味噌焼き きゅうりの浅漬け みそ汁	きなこ団子 牛乳	さば・油揚げ・淡色辛みそ きな粉・普通牛乳	米・たけや味噌・こうじ味噌 車糖・麩・白玉粉・上新粉	しょうが・きゅうり・はくさい	清酒・本みりん・昆布茶 食塩・煮干しだし
4	火	ごはん 肉じゃが ゆかり和え みそ汁	パンケーキ 牛乳	ソフト豆腐・淡色辛みそ	米・牛肉・じゃがいも しらたき・冷凍いんげん 車糖 ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ・乾しいたけ はくさい・きゅうり カットわかめ パインアップル缶 ゆかりふりかけ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・本みりん 清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
5	水	ごはん 鶏の照り焼き 和え物 みそ汁	抹茶蒸しパン 牛乳	鶏もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米・車糖・薄力粉・調合油	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・カットわかめ・たまねぎ えのきたけ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・煮干しだし ベーキングパウダー・抹茶
6	木	ごはん 煮魚 酢の物 すまし汁	みかんゼリー 牛乳	あかうお・ソフト豆腐 普通牛乳	米・車糖	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・たまねぎ みかん缶・寒天	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・清酒 本みりん・穀物酢・食塩 かつお・昆布だし
7	金	丸パン 牛肉のトマト煮込み ツナサラダ 牛乳	五平餅おやき お茶	ノンオイルツナ缶 普通牛乳・赤色甘みそ	丸パン・牛肉・じゃがいも ブイヨン・マヨドレ・米・車糖 たけや味噌・すりごま	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ ブロッコリー・トマトホール缶 きゅうり・キャベツ	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 本みりん・番茶
8	土	五目あんかけごはん スープ	自然素材のお菓子 お茶	豚もも	米・かたくり粉・顆粒鶏ガラ ごま油・麩・顆粒コンソメ 自然素材のお菓子	たまねぎ・はくさい・にんじん 青ピーマン・乾しいたけ カットわかめ	こいくちしょうゆ・清酒・食塩 番茶
10	月	ごはん 鮭の塩焼き ひじきサラダ みそ汁	ココア蒸しパン 牛乳	鮭・淡色辛みそ・普通牛乳	米・乾燥ひじき・冷凍コーン 車糖・ごま油・薄力粉 調合油	にんじん・きゅうり・キャベツ 西洋かぼちゃ・たまねぎ ぶなしめじ	清酒・食塩・穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー ピュアココア 煮干しだし
11	火	牛丼 みそ汁	自然素材のお菓子 牛乳	淡色辛みそ・普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ たけのこ水煮・カットわかめ はくさい・えのきたけ	煮干しだし・本みりん こいくちしょうゆ・清酒 うすくちしょうゆ・かつお・昆布だし
12	水	ごはん なすと豚肉の味噌炒め ナムル みそ汁	りんごケーキ 牛乳	豚もも・赤色甘みそ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・ごま油・車糖・いりごま さつまいも・麩 ホットケーキミックス	なす・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・りよくとうもやし りんご	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・煮干しだし
13	木	ごはん さわらのカレー風味焼き 切干大根の煮物 みそ汁	フライドポテト 牛乳	さわら・油揚げ・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳	米・白味噌 冷凍グリーンピース・車糖 じゃがいも・調合油	しょうが・切干しだいこん にんじん・乾しいたけ えのきたけ・葉ねぎ	清酒・本みりん・カレー粉 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし 煮干しだし
14	金	ハニーロール 鶏肉のオープン焼き スープ 種なしブルー 牛乳	自然素材のお菓子 お茶	鶏もも・プロセスチーズ 普通牛乳	ハニーロール・顆粒コンソメ 自然素材のお菓子	たまねぎ・ぶなしめじ・にんじん 西洋かぼちゃ・ブロッコリー カットわかめ・はくさい 種なしブルー	ケチャップ・食塩・番茶
15	土	チャーハン スープ	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ	米・ごま油・顆粒コンソメ じゃがいも 自然素材のお菓子	たまねぎ・青ピーマン・にんじん 生しいたけ	こいくちしょうゆ・食塩・番茶
17	月	ごはん たらこのコーンマヨ焼き おなか和え すまし汁	みたらし団子 牛乳	まだら・かつお節 ソフト豆腐 普通牛乳	米・冷凍コーン・マヨドレ 白玉粉・上新粉・車糖 かたくり粉	しょうが・キャベツ・大根 にんじん・たまねぎ・葉ねぎ きゅうり	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん かつお・昆布だし うすくちしょうゆ
18	火	ごはん 回鍋肉 きゅうりの中華和え スープ	ふかし芋 牛乳	豚もも・絹揚げ 赤色甘みそ・普通牛乳	米・顆粒コンソメ・車糖 ごま油・冷凍コーン さつまいも	キャベツ・たまねぎ・にんじん 青ピーマン・きゅうり カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・食塩
19	水	カレーライス さわやかサラダ 種なしブルー 牛乳	自然素材のお菓子 牛乳	普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも 薄力粉・ブイヨン・調合油 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ キャベツ・きゅうり・みかん缶 種なしブルー	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩・穀物酢
20	木	ごはん 赤魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	一口ドーナツ 牛乳	あかうお・油揚げ 淡色辛みそ・ソフト豆腐 普通牛乳	米・車糖・乾燥ひじき さつまいも ホットケーキミックス 調合油	しょうが・たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース カットわかめ・葉ねぎ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・うすくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
21	金	イエローロール ミートローフ サラダ スープ 牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">お誕生日会</div>	ゆかりおにぎり いりじゃこ お茶	鶏卵・普通牛乳・煮干し	イエローロール・合挽ミンチ パン粉・乾燥ひじき 絞り豆腐・顆粒コンソメ 調合油・米	たまねぎ・ミックスベジタブル キャベツ・きゅうり・にんじん 大根・えのきたけ ゆかりふりかけ	食塩・ケチャップ 中濃ソース・穀物酢・番茶
22	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏もも・油揚げ 淡色辛みそ 豚もも	米・板こんにやく 自然素材のお菓子	れんこん・にんじん・ぶなしめじ たまねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし・うすくちしょうゆ・食塩 清酒・かつお・昆布だし・番茶
24	月	ごはん 鮭のマヨドレ焼き きざみのり和え みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳	鮭・絹揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳	米・マヨドレ・薄力粉・車糖 調合油	はくさい・キャベツ・にんじん キザミノリ・カットわかめ 干しぶどう	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん・煮干しだし ベーキングパウダー
25	火	ごはん 八宝菜 和え物 みそ汁	キャラットケーキ 牛乳	豚もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米 冷凍いんげん・顆粒鶏ガラ かたくり粉・ごま油・麩 ホットケーキミックス	はくさい・たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・キャベツ りよくとうもやし・カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 本みりん・煮干しだし
26	水	ごはん 牛肉の時雨煮 ゆかり和え みそ汁	ココアクッキー 牛乳	淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・牛肉・しらたき 冷凍いんげん・車糖 薄力粉・上新粉 無塩バター	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ はくさい・りよくとうもやし ゆかりふりかけ・カットわかめ えのきたけ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・煮干しだし ベーキングパウダー ピュアココア かつお・昆布だし
27	木	ごはん たらこの味噌チーズ焼き ごま和え みそ汁	小豆団子 牛乳	まだら・プロセスチーズ ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・白味噌・いりごま 白玉粉・上新粉 ゆで小豆パウチ	きゅうり・キャベツ・にんじん 大根	清酒・本みりん こいくちしょうゆ 煮干しだし
28	金	食パン 具だくさんスープ 春雨サラダ 果物 牛乳	わかめおにぎり いりじゃこ お茶	鶏もも・普通牛乳・煮干し	食パン・じゃがいも 顆粒コンソメ・普通はるさめ 車糖・ごま油・米 わかめふりかけ	にんじん・たまねぎ・大根 ぶなしめじ・ブロッコリー きゅうり・バナナ	食塩・こいくちしょうゆ 穀物酢・番茶
29	土	昭和の日 (休園日)					

☆ 今月の平均給食栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
551 kcal	23.4 g	17.9 g	77.6 g	287 mg	2.4 mg	229 μg	0.44 mg	0.45 mg	31 mg	1.9 g

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は150cc～200ccを飲んでいただきます。
- ・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。