

4月 給食献立表

令和6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	月	ごはん 赤魚の照り焼き 切干大根の煮物 すまし汁	小豆団子 牛乳	あかうお・油揚げ ソフト豆腐・普通牛乳	米・車糖 冷凍グリーンピース・白玉粉 上新粉・ゆで小豆パウチ	切干しいたけ・にんじん 乾しいたけ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし
2	火	ごはん 麻婆豆腐 和え物 スープ	ココアケーキ 牛乳	赤みそ・普通牛乳	米・合挽ミンチ・絞豆腐 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 麩・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・こまつな・キャベツ がなしめじ・カットわかめ	本みりん・こいくちしょうゆ 清酒・食塩・ビュアココア
3	水	ごはん 牛肉の時雨煮 きゅうりのおかか和え みそ汁	クッキー 牛乳	かつお節・ソフト豆腐 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・がなしめじ きゅうり・りよくとうもやし 葉ねぎ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん ベーキングパウダー かつお・昆布だし 煮干しだし
4	木	ごはん さわらのマヨドレ焼き ひじき煮 みそ汁	抹茶蒸しパン 牛乳	さわら・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・マヨドレ・乾燥ひじき 車糖・薄力粉・調合油	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ グリーンピース・西洋かぼちゃ がなしめじ	清酒・食塩・煮干しだし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・本みりん ベーキングパウダー 抹茶・かつお・昆布だし
5	金	イエローロール ポークビーンズ サラダ 型抜きチーズ 牛乳	五平餅おやき お茶	豚もも・型抜きチーズ 普通牛乳・赤みそ	イエローロール・じゃがいも 大豆水煮・顆粒コンソメ 冷凍コーン・調合油・米 車糖・たけや味噌・すりごま	たまねぎ・にんじん・がなしめじ トマトホール缶・キャベツ きゅうり	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
6	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
8	月	ごはん さわらの西京焼き おかか和え すまし汁	じゃがもちくん 牛乳	さわら・かつお節 普通牛乳	米・白味噌・麩・じゃがいも 無塩バター・かたくり粉	キャベツ・大根・きゅうり にんじん・カットわかめ・たまねぎ 根みつば	清酒・本みりん 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
9	火	ごはん チンジャオロース ごま和え スープ	バナナケーキ 牛乳	赤みそ・普通牛乳	米・牛肉・かたくり粉・車糖 顆粒コンソメ・いりごま 冷凍コーン ホットケーキミックス	たまねぎ・青ピーマン・にんじん まいたけ・たけのこ水煮 キャベツ・きゅうり・カットわかめ りよくとうもやし・バナナ	本みりん・こいくちしょうゆ 食塩
10	水	ごはん 豚大根の煮物 きざみのり和え みそ汁	みかんゼリー 牛乳	豚もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米・板こんにやく 冷凍いんげん・車糖・麩	大根・にんじん・キャベツ りよくとうもやし キザミソリ・はくさい 葉ねぎ・寒天	清酒・本みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みかん缶・煮干しだし かつお・昆布だし
11	木	ごはん 鮭の磯焼き 大豆サラダ みそ汁	一口ドーナツ 牛乳	鮭・淡色辛みそ・ソフト豆腐 普通牛乳	米・大豆水煮・マヨドレ さつまいも ホットケーキミックス 調合油	あおのり・キャベツ・きゅうり にんじん・たまねぎ	清酒・食塩・ケチャップ 煮干しだし
12	金	ドッグパン ポトフ 春雨サラダ 種なしブルー 牛乳	わかめおにぎり お茶	鶏もも・普通牛乳	ドッグパン・じゃがいも 顆粒コンソメ・普通はるさめ マヨドレ・米 わかめふりかけ	たまねぎ・にんじん・がなしめじ ブロッコリー・きゅうり 種無しブルー	食塩・穀物酢・番茶
13	土	中華風おこわ みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏もも・淡色辛みそ	米・顆粒鶏ガラ・ごま油 自然素材のお菓子 もち米	にんじん・たけのこ水煮 根深ねぎ・乾しいたけ・しょうが 大根・カットわかめ	こいくちしょうゆ・本みりん 番茶 煮干しだし
15	月	ごはん 煮魚 ひじきサラダ みそ汁	きなこ団子 牛乳	あかうお・ソフト豆腐 淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳	米・車糖・乾燥ひじき 冷凍コーン・ごま油 白玉粉・上新粉	しょうが・きゅうり・キャベツ にんじん・たまねぎ・葉ねぎ	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 煮干しだし
16	火	ごはん 豚肉の生姜焼き ゆかり和え みそ汁	りんごケーキ 牛乳	豚もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米・冷凍いんげん・いりごま じゃがいも ホットケーキミックス・車糖	たまねぎ・にんじん・まいたけ りんご・しょうが・はくさい・きゅうり ゆかりふりかけ・カットわかめ 葉ねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし
17	水	カレーライス さわやかサラダ 種なしブルー	ココアクッキー 牛乳	鶏卵・普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも 薄力粉・ブイヨン・調合油 上新粉・車糖・無塩バター	たまねぎ・にんじん・がなしめじ キャベツ・きゅうり 種無しブルー	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢 ベーキングパウダー ビュアココア
18	木	ごはん さばの味噌焼き 酢の物 すまし汁	小豆寒天 牛乳	さば・こしあん・普通牛乳	米・たけや味噌・こうじ味噌 車糖	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ・えのきたけ・寒天	清酒・本みりん・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 うすくちしょうゆ かつお・昆布だし
19	金	食パン 牛肉のトマト煮込み ツナサラダ 牛乳	菜めしおにぎり お茶	ソノオイルツナ缶 普通牛乳	食パン・牛肉・じゃがいも ブイヨン・マヨドレ・米 菜飯ふりかけ	たまねぎ・にんじん・がなしめじ 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 番茶
20	土	きつね丼 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	油揚げ・淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ カットわかめ	こいくちしょうゆ・煮干しだし うすくちしょうゆ・番茶 かつお・昆布だし
22	月	ごはん 鮭の塩焼き きざみのり和え みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳	鮭・淡色辛みそ・普通牛乳	米・さつまいも・薄力粉 車糖・調合油	はくさい・キャベツ・にんじん キザミソリ・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
23	火	ごはん 鶏の照り焼き ナムル 中華スープ	みたらし団子 牛乳	鶏もも・ソフト豆腐 普通牛乳	米・車糖・いりごま・ごま油 顆粒鶏ガラ・白玉粉 上新粉・かたくり粉	しょうが・ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん たまねぎ・葉ねぎ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・食塩
24	水	牛丼 みそ汁	黒ごまクッキー 牛乳	淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖 薄力粉・上新粉 無塩バター・いりごま すりごま	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ はくさい・カットわかめ えのきたけ	煮干しだし・本みりん こいくちしょうゆ・かつお・昆布だし うすくちしょうゆ・清酒 ベーキングパウダー
25	木	ごはん さわらのカレー風味焼き ごま和え すまし汁	フライドポテト 牛乳	さわら・ソフト豆腐 普通牛乳	米・白味噌・いりごま じゃがいも・調合油	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・たまねぎ・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
26	金	ハニーロール ミートローフ ブロッコリーのおかか和え スープ 牛乳	ゆかりおにぎり お茶	鶏卵・かつお節・普通牛乳	ハニーロール・合挽ミンチ パン粉・乾燥ひじき 絞豆腐・顆粒コンソメ 冷凍コーン・米	たまねぎ・ミックスペジタブル ブロッコリー・カットわかめ キャベツ・ゆかりふりかけ	食塩・ケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ・本みりん 番茶
27	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	米・板こんにやく 自然素材のお菓子	れんこん・にんじん・がなしめじ たまねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし・うすくちしょうゆ・食塩 清酒・煮干しだし・番茶
29	月	昭和の日 (休園日)					
30	火	ごはん たら照り焼き 酢の物 みそ汁	コーン蒸しパン 牛乳	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳	米・車糖・薄力粉・調合油 冷凍コーン	しょうが・きゅうり・にんじん りよくとうもやし・カットわかめ がなしめじ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・穀物酢・食塩 ベーキングパウダー 煮干しだし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

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
543 kcal	22.8 g	19.1 g	75.1 g	258 mg	2.4 mg	223 µg	0.42 mg	0.45 mg	33 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を飲んで頂きます。
 ・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)のことでです。