



### 30年度(4月) 給食献立表



日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal)
			15:00 おやつ	たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
2日 (月)	<入園式・自由登園> ハヤシライス 福神漬 大根と人参のスティックサラダ ヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・人参・ハヤシライスルウ/福神漬/人参・大根・マヨネーズ/ヨーグルト	牛乳 お子様せんべい 牛乳 動物ビスケット	588 16.8 14.3 1.6
3日 (火)	卵とじうどん ミックスサラダ オレンジ	うどん・卵・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・油揚げ・青ねぎ・醤油・みりん・酒・昆布・かつお節・片栗粉/ツナ・キャベツ・コーン・人参・もやし・胡瓜・酢・砂糖・醤油・塩・マヨネーズ/オレンジ	牛乳 マンナ 牛乳 バターロールの ジャムサンド	588 22.8 16.1 1.7
4日 (水)	ご飯 鮭の塩焼き 人参の金平 ほうれん草とえのきたけの味噌汁	米/鮭・塩/ちりめんじゃこ・人参・醤油・砂糖・みりん・白ごま・ごま油・油/ほうれん草・玉ねぎ・えのきたけ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	牛乳 ビスコ 牛乳 三角ホットケーキ	588 22.5 14.7 1.8
5日 (木)	バターロール 牛乳 クリームシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ りんご	バターロール/牛乳/鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・クリームシチュールウ・牛乳・バター・塩/ベーコン・ブロッコリー・もやし・人参・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・醤油/りんご	牛乳 シガーフライ 牛乳 えびみりん	588 21.0 18.3 1.7
6日 (金)	<春の実りメニュー> ★にこにこ給食★ 筈入り炊き込みご飯 高野豆腐の含め煮 切干大根と小松菜の味噌汁	米・鶏肉・筈・油揚げ・醤油・塩・酒/高野豆腐・グリーンピース・醤油・砂糖・かつお節/切干大根・小松菜・玉ねぎ・人参・油揚げ・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	プルーンジュース サクッとあられ プルーンジュース みたらし団子 (0・1・2歳児 ソフト塩せんべい)	588 21.1 10.7 3.9
7日 (土)	エビピラフ 野菜スープ バナナ	米・エビ・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・コンソメ・バター/キャベツ・コーン・コンソメ・醤油/バナナ	牛乳 満月ポン 牛乳 もち小丸	588 19.2 10.0 1.4
9日 (月)	ビビンバ 豆腐としめじのスープ いちご	米・豚挽肉・大根・人参・小松菜・もやし・酢・砂糖・醤油・ごま油・白ごま/木綿豆腐・玉ねぎ・しめじ・もやし・人参・わかめ・コンソメ・醤油/いちご	牛乳 動物ビスケット 牛乳 ピーナッツ& ジャムサンド	588 20.1 18.0 1.8
10日 (火)	バターロール 牛乳 鶏肉のカレーソテー 新じゃが芋のポテトサラダ 野菜スープ	バターロール/牛乳/鶏肉・塩・ヨーグルト・はちみつ・カレー粉/新じゃが芋・人参・胡瓜・コーン・酢・砂糖・醤油・塩・マヨネーズ/キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参・コーン・コンソメ・醤油	牛乳 お子様せんべい ちりめんじゃこ入り おにぎり	588 26.4 15.1 1.5
11日 (水)	豆ご飯 白身魚のあおさ焼き 野菜たっぷり豚汁 バナナ	米・えんどう豆・塩・酒/白身魚・塩・あおさ/豚肉・木綿豆腐・玉ねぎ・えのきたけ・大根・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ/バナナ	牛乳 ビスコ 牛乳 小魚 黒糖スナック	588 26.6 9.6 4.1
12日 (木)	<にこにこ給食> きのこ入り炊き込みご飯 ひじきと豚肉のサラダ 大根とほうれん草のすまし汁	米・鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・こんにゃく・油揚げ・醤油・塩・酒/豚肉・ちくわ・ひじき・キャベツ・人参・酢・砂糖・醤油・練りごま・ごま油/大根・玉ねぎ・ほうれん草・もやし・醤油・塩・昆布・かつお節	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース ふかし芋	589 13.5 10.1 2.9
13日 (金)	焼きそば 鮭と春キャベツのサラダ ニラ玉スープ	中華麺・豚肉・ちくわ・キャベツ・玉ねぎ・人参・ソース・ごま油・油・かつお節・青のり/鮭・春キャベツ・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・白味噌・マヨネーズ/卵・ニラ・コンソメ・醤油・片栗粉	牛乳 満月ポン 牛乳 セサミハーベスト	589 24.2 12.7 1.5
14日 (土)	あらびきウインナーデニッシュ ミニ黒糖ツイスト 牛乳 ヨーグルト	あらびきウインナーデニッシュ/ミニ黒糖ツイスト/牛乳/ヨーグルト	牛乳 お子様せんべい きな粉餅せんべい	588 16.6 15.1 1.6

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 鉄(mg)
			15:00 おやつ	
16日 (月)	野菜たっぷりちゃんぽん ひじきと大豆のサラダ オレンジ	中華麺・豚肉・ちくわ・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・青ねぎ・白湯/ひじき・大豆・ちくわ・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油・油/オレンジ	牛乳 シガーフライ 牛乳 小魚 芋けんぴ	588 18.7 17.9 2.3
17日 (火)	<お誕生日会> ポークケチャップライス 鶏肉のから揚げ風 野菜スープ ミニゼリー	米・豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・ケチャップ・コンソメ・塩・バター/鶏肉・醤油・生姜・にんにく・ごま油・片栗粉/キャベツ・大根・玉ねぎ・もやし・人参・コンソメ・醤油/ミニゼリー	牛乳 マンナ 牛乳 フルーツクリーム サンド	588 24.2 18.0 1.2
18日 (水)	カレーライス 福神漬け もやし他の三色中華風ごま酢和え ヨーグルト	米・牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・カレーライス/福神漬け/もやし・人参・わかめ・酢・砂糖・醤油・ごま油・白ごま/ヨーグルト	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ソフト塩せんべい	588 16.9 10.7 1.7
19日 (木)	<にこにこ給食> ひじきご飯 高野豆腐の含め煮 具沢山味噌汁	米・鶏挽肉・こんにゃく・ごぼう・人参・ひじき・醤油・砂糖・かつお節/高野豆腐・グリーンピース・醤油・砂糖・みりん・かつお節/木綿豆腐・油揚げ・白菜・もやし・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	プルーンジュース 黒糖スナック プルーンジュース 豆腐団子 きな粉添え (0・1・2歳児 ソフト塩せんべい)	589 24.1 12.2 5.3
20日 (金)	食パン 牛乳 一口チーズ 白身魚のフライ タルタルソース 春キャベツとコーンのスープ	食パン/牛乳/カレイ・塩・小麦粉・卵・パン粉・油/卵・胡瓜・玉ねぎ・塩・マヨネーズ/春キャベツ・コーン・玉ねぎ・人参・大根・もやし・コンソメ・醤油/一口チーズ	牛乳 ビスコ フルーツヨーグルト	588 29.0 21.4
21日 (土)	中華丼 わかめとコーンのスープ バナナ	米・豚肉・白菜・チンゲン菜・玉ねぎ・しいたけ・人参・醤油・中華だし・塩・片栗粉・ごま油・油/わかめ・コーン・もやし・コンソメ・醤油/バナナ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 芋けんぴ	589 13.3 11.4 1.4
23日 (月)	バターロール 牛乳 ビーフシチュー 大根サラダ ぶどうゼリー	バターロール/牛乳/牛肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・ビーフシチュールー/ツナ・大根・人参・酢・砂糖・醤油・マヨネーズ/ぶどうゼリー	牛乳 動物ビスケット 具沢山にゅうめん	588 19.8 17.3 1.7
24日 (火)	お弁当の日		牛乳 お子様せんべい 牛乳 きな粉餅せんべい	
25日 (水)	親子丼 ちりめんじゃこ入り わかめと胡瓜の酢の物 オレンジ	米・卵・鶏肉・かまぼこ・玉ねぎ・青ねぎ・醤油・砂糖・かつお節/ちりめんじゃこ・わかめ・胡瓜・もやし・酢・砂糖・醤油/オレンジ	牛乳 シガーフライ 牛乳 キャロットケーキ	587 22.3 12.8 1.9
26日 (木)	<にこにこ給食> ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 豆腐とわかめのすまし汁	米/鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒/ちくわ・切干大根・人参・醤油・砂糖・みりん・かつお節/木綿豆腐・玉ねぎ・もやし・わかめ・醤油・塩・昆布・かつお節	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース 黒糖蜜の スティック大学芋	588 20.5 7.1 2.6
27日 (金)	白身魚と新ごぼうの炊き込みご飯 ちくわともやしの炒め物 小松菜とえのきたけの味噌汁 バナナ	米・カレイ・新ごぼう・人参・醤油・塩・酒/ちくわ・もやし・人参・醤油・砂糖・みりん・白ごま・ごま油・油/小松菜・玉ねぎ・えのきたけ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ/バナナ	牛乳 マンナ 牛乳 小魚 野菜のかりんとう	589 17.6 11.6 2.6
28日 (土)	ダブルウインナーパン 牛乳 ミニストロベリーツイスト ヨーグルト	ダブルウインナーパン/ミニストロベリーツイスト/牛乳/ヨーグルト	牛乳 お子様せんべい ソフト塩せんべい	588 17.1 12.4 1.0

\* 献立表の栄養価は4歳児を基準に載せています。

\* 仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

\* パン粉は、卵・乳製品を含まないものを使用しています。

\* 赤味噌と白味噌は小麦を含まない味噌を使用しています。

\* 給食では、安全に配慮した食器を使用しております。