

4月 給食献立表

2020年

3歳児以上

日	曜	昼 食	15時おやつ	18時おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：骨子をととのえる
1	水	ごはん ハッシュドポーク レタスとコーンのサラダ たまごスープ オレンジ	マーブルケーキ 牛乳	パン	豚肉・鶏通牛乳・卵・バター・味噌・醤油	米・味噌・卵・バター・味噌・醤油 パン	たまねぎ・にんじん・ゆず・ゆめしめじ サニーレタス・きゅうり・トマト・豆腐 パインジュース
2	木	ごはん 豚肉とじゃがいもの炒め物 春巻サラダ ほうれん草と豆腐のみそ汁 りんご	五平もち 麦茶	せんべい	豚肉・ソフト豆腐・淡色すみそ	米・じゃがいも・醤油・味噌・卵 ほうれん草のみそ汁 せんべい	にんじん・たまねぎ・青ピーマン・きゅうり ほうれん草・りんご
3	金	ごはん さわらの西京焼き ブロックリー 小松菜ともやしのごま和え 大根とわかめのみそ汁 バナナ	きなこトースト 牛乳	わかめおにぎり	さわら・ごま・きな粉・鶏通牛乳	米・味噌・ごま・食パン・無塩バター	ブロックリー・ごま・にんじん りょうとうもろこし・大根・カットわかめ・バナナ わかめ
4	土	チキンライス レタスとコーンのサラダ コンソメスープ オレンジ	じゃがチーズ 牛乳	せんべい	鶏もも・鶏卵・プロセスチーズ 鶏通牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 せんべい	たまねぎ・青ピーマン・サニーレタス にんじん・きゅうり・トマト・豆腐 西洋かぼちゃ・パインジュース・パセリ
6	月	ごはん コーリーチー ブロックリー キャベツと人参のナムル 豆腐とたまごスープ りんご	マドレーヌ 牛乳	ゆかりおにぎり	鶏むね・鶏卵・ソフト豆腐・鶏通牛乳	米・味噌・ごま・かたくり粉・醤油 マヨネーズ・ごま油・薄力粉 無塩バター	たまねぎ・しょうが・ブロックリー・キャベツ にんじん・きゅうり・たまねぎ・りんご・レモン ゆかり
7	火	ごはん さばの照り焼き 和風オムレツ わかめと人参の酢の物 ほうれん草のみそ汁 オレンジ	みかん蒸しケーキ 牛乳	せんべい	さば・鶏卵・淡色すみそ・鶏通牛乳	米・味噌・卵・バター・味噌・醤油 せんべい	にんじん・たまねぎ・きゅうり・カットわかめ ほうれん草・たまねぎ パインジュース・みかん缶詰
8	水	キーマカレー スパゲティ・サラダ ゆでたまご ミニゼリー	いちごジャムサンド 牛乳	塩厚布おにぎり	豚ひき肉・だいず・プレスハム・鶏卵 鶏通牛乳	米・スパゲティ・マヨネーズ・ゼリー 食パン・いちごジャム	たまねぎ・にんじん・えだまめ・きゅうり 塩厚布
9	木	ごはん 豚肉の柳川風 キャベツと人参の和えもの 豆腐と玉ねぎのみそ汁 りんご	ホットケーキ 牛乳	ふかひきつ菜いも	豚肉・鶏卵・ソフト豆腐・淡色すみそ 鶏通牛乳	米・味噌・卵・バター・味噌・醤油 マヨネーズ・薄力粉 さつまいも	たまねぎ・ごぼう・たまねぎ・キャベツ・きゅうり にんじん・りんご
10	金	ごはん 白身魚のパン粉焼き ブロックリー ポテトサラダ 小松菜のかきたま汁 バナナ	ひじきおにぎり 麦茶	パン	ホキ・プレスハム・鶏卵・油揚げ	米・プレミックス粉・パン粉・醤油 じゃがいも・マヨネーズ・かたくり粉 パン	ブロックリー・にんじん・きゅうり・ごま たまねぎ・バナナ・ほしひじき パン
11	土	ごはん 炒り豆腐 春巻サラダ さつまいものみそ汁 オレンジ	手作りプリン 牛乳	せんべい	木綿豆腐・豚ひき肉・淡色すみそ 鶏卵・鶏通牛乳	米・味噌・ほうれん草のみそ汁・さつまいも メープルシロップ せんべい	たまねぎ・にんじん・ゆず・ゆめしめじ・たまねぎ きゅうり・パインジュース・オレンジ
13	月	ごはん 鶏つくねのきのことあん ゆでたまごと人参のサラダ かきたま汁 りんご	甘食 牛乳	せんべい	鶏むね肉・鶏卵・鶏通牛乳・加熱練乳	米・パン粉・味噌・かたくり粉 無塩バター・卵・バター・味噌・醤油 せんべい	たまねぎ・ゆず・ゆめしめじ えだまめ・たまねぎ・ゆず・ゆめしめじ きゅうり・にんじん・りんご
14	火	ハヤシライス キャベツと人参のサラダ ゆでたまご オレンジ	フレンチトースト 牛乳	わかめおにぎり	豚肉・鶏卵・鶏通牛乳	米・じゃがいも・食パン・味噌	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり にんじん・パインジュース・オレンジ わかめ
15	水	ごはん 赤魚の煮付け 和風オムレツ 小松菜ともやしのおひたし かぼちゃのみそ汁 バナナ	ミロパンケーキ 牛乳	パン	あかうし・鶏卵・淡色すみそ 鶏通牛乳	米・味噌・ごま・卵・バター・味噌・醤油 無塩バター・ミロ パン	しょうが・にんじん・たまねぎ・ごま りょうとうもろこし・西洋かぼちゃ たまねぎ・バナナ
16	木	ごはん 豚肉と豆腐のチャンプル マカロニサラダ 白菜とあげのみそ汁 りんご	焼きおにぎり 麦茶	せんべい	木綿豆腐・豚肉・鶏卵・プレスハム 油揚げ・淡色すみそ・しらす干し	米・味噌・ごま油・マカロニ マヨネーズ・ごま せんべい	にんじん・たまねぎ・たまねぎ・きゅうり はくさい・りんご
17	金	ごはん ささみフライ ブロックリー キャベツと人参のサラダ きんぴら バナナ	シュガートースト 牛乳	ゆかりおにぎり	ささき・鶏卵・鶏通牛乳	米・強力粉・パン粉・醤油 マヨネーズ・味噌・ごま油・ごま 食パン・無塩バター・グラニュー糖	ブロックリー・キャベツ・にんじん・きゅうり ゆかり・たまねぎ・カットわかめ・バナナ ゆかり
18	土	ごはん 豚肉と春巻の甘辛炒め レタスと人参のサラダ たまごスープ オレンジ	豆乳くずもち 牛乳	せんべい	豚肉・鶏卵・豆乳・きな粉・鶏通牛乳	米・ほうれん草のみそ汁・醤油・味噌 ごま油・かたくり粉 せんべい	にんじん・たまねぎ・青ピーマン サニーレタス・きゅうり パインジュース・オレンジ
20	月	ごはん チンジャオロース わかめと人参のごまサラダ たまごスープ バナナ	お米ピザ 麦茶	パン	豚肉・鶏卵・プロセスチーズ しらす干し	米・じゃがいも・味噌・ごま油・ごま パン	青ピーマン・たまねぎ・ゆかり・きゅうり にんじん・カットわかめ・バナナ・あけのり
21	火	ごはん 白身魚の塩焼揚げ ブロックリー ほうれん草ともやしのおひたし 豆腐と玉ねぎのみそ汁 りんご	いちごジャムサンド 牛乳	せんべい	ホキ・ソフト豆腐・淡色すみそ 鶏通牛乳	米・プレミックス粉・醤油・食パン いちごジャム せんべい	あけのり・ブロックリー・ほうれん草 にんじん・りょうとうもろこし・たまねぎ・たまねぎ りんご
22	水	カレーライス スパゲティ・サラダ ゆでたまご バナナ	ミロプリン 牛乳	塩厚布おにぎり	鶏もも・だいず・プレスハム・鶏卵 鶏通牛乳・ゼラチン	米・スパゲティ・マヨネーズ・ミロ 味噌	たまねぎ・西洋かぼちゃ・にんじん・きゅうり バナナ 塩厚布
23	木	ごはん 豚肉と豆腐のチャンプル レタスとささみのサラダ 大根ときこのスープ オレンジ	バナナマフィン 牛乳	わかめおにぎり	木綿豆腐・豚ひき肉・淡色すみそ ささき・鶏卵・鶏通牛乳	米・味噌・強力粉・無塩バター	たまねぎ・たまねぎ・サニーレタス・にんじん きゅうり・大根・ゆめしめじ パインジュース・オレンジ・バナナ わかめ
24	金	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ アボカドとトマトのサラダ たまごスープ りんごゼリー	アメリカンドッグ 牛乳	せんべい	豚ひき肉・鶏通牛乳・鶏卵 プレスハム・ベーコン・ゼラチン ウインナー	米・パン粉・じゃがいも・マヨネーズ スパゲティ・醤油・味噌 卵・バター・薄力粉 せんべい	たまねぎ・にんじん・きゅうり・青ピーマン りんご
25	土	ピラフ キャベツと人参のサラダ コンソメスープ オレンジ	きなこマカロニ 牛乳	せんべい	ウインナー・きな粉・鶏通牛乳	米・マカロニ・味噌 せんべい	たまねぎ・にんじん・トマト・豆腐 えだまめ・キャベツ・きゅうり パインジュース・オレンジ
27	月	ごはん 鶏じゃが わかめと人参の酢の物 白菜のみそ汁 バナナ	黒糖蒸しケーキ 牛乳	パン	鶏もも・淡色すみそ・鶏卵・鶏通牛乳	米・じゃがいも・味噌・卵・バター・味噌・醤油 パン	にんじん・たまねぎ・えだまめ・きゅうり カットわかめ・はくさい・たまねぎ・バナナ
28	火	ごはん あじの照り焼き 和風オムレツ 小松菜ともやしのおひたし 豆腐と玉ねぎのみそ汁 りんご	ピザトースト 牛乳	ゆかりおにぎり	あじ・鶏卵・ソフト豆腐・淡色すみそ まぐろ缶詰・プロセスチーズ 鶏通牛乳	米・味噌・食パン	にんじん・たまねぎ・ごま りょうとうもろこし・たまねぎ・りんご 青ピーマン ゆかり
30	木	親子丼 かぼちゃ煮 春巻サラダ 大根とわかめのみそ汁 ミニゼリー	豆乳くずもち 牛乳	塩厚布おにぎり	鶏もも・鶏卵・淡色すみそ・豆乳 きな粉・鶏通牛乳	米・味噌・かたくり粉・ほうれん草のみそ汁 ゼリー	にんじん・たまねぎ・たまねぎ・西洋かぼちゃ きゅうり・大根・カットわかめ 塩厚布

☆4月の最後の果物は、オレンジ・りんご・バナナです。
☆都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆☆☆ご入園・ご進級おめでとうございます！☆☆☆

保育園での楽しい給食がはじまります。
食事は、旬の食材を多く取り入れ、
主菜・主菜・汁物のバランスのとれた献立となっております。
こどもたちに喜んでもらえる食事づくりを心がけています。