



4がつ

給食献立表

《献立のねらい》

- * 子どもたちの食べやすい献立にします
- * 旬の春野菜を使った献立にします

- * 乳児は、9時半頃に朝のおやつが出ます
- * お米は、七分つき米に雑穀を混ぜて炊いています



3日
にゅうえんしき
にゅうえん
おめでとう
ございます



《おてつだい》

ぶどうぐみ
たまねぎの
かわむき



《おてつだい》

りんごぐみ
くりんぴーす
さやとり



	きょうしゅく	ざいしょう	おやつ	のみもの	ざいしょう
1 土	ちきんらいす きゃべつとはるさめのそてー かぶとぶたにくのすーぶ いちご	七分つき米・塩・トマトケ チャップ・鶏肉・玉ねぎ・エ リンギ・グリーンピース・サラ ダ油/キャベツ・もやし・にん じん・鶏肉・春雨・サラダ 油・塩/かぶ・豚肉・しょう ゆ・塩/いちご	幼児 乳児 おかしもりあわせ	ジュース ジュース	クッキー せんべい りんごジュース
3 月	なめたけごはん とりのつくねやき じゃがいものきんぴら ちんげんさいのみそしる	七分つき米・きび・えのきた け・みりん・しょうゆ/鶏肉・ しょうゆ・みりん・しょう ゆ・ねぎ・米パン粉・酒・サ ラダ油・片栗粉/じゃが芋・に んじん・さやいんげん・ごま 油・洗糖・しょうゆ/	幼児 乳児 こめこのきやろふけーき みかん こめこのきやろふけーき かぶとぶたにくのすーぶ みかん	ミルク ミルク	上新粉・ベーキングパウ ダー・りんごジュース・ キャロブ粉・洗糖・サラ ダ油・豆乳・粉糖/みかん /牛乳 【乳児：かぶ・葱・塩・ しょうゆ】
4 火	かれーらいす きりぼしだいこんのもの ぜりー むぎぢゃ	七分つき米・押し麦・豚肉・ 酒・じゃが芋・玉ねぎ・にん じん・にんにく・りんご・カ レールウ・サラダ油/切干大 根・油揚げ・しめじ・にんじ ん・洗糖・しょうゆ/ゼリー/ 麦茶	幼児 乳児 わかめうどん べびーちーす わかめうどん べびーちーす	ジュース ジュース	乾麺・わかめ・ねぎ・鶏 肉・みりん・塩・しょう ゆ/チーズ 【乳児：牛乳】
5 水	あわごはん とりのからあげ こうやどうふのもの だいこんとはくさいのみそしる	七分つき米・あわ/鶏肉・酒・ しょうゆ・しょうが・片栗 粉・油/高野豆腐・にんじん・ きゅうり・しめじ・油・しょ うゆ・みりん・砂糖/だい こん・白菜・なめこ・みそ	幼児 乳児 おなかやきおにぎり いちご おなかやきおにぎり ぼてとのすーぶ いちご	ジュース ジュース	七分つき米・鰹節・みり ん・しょうゆ/いちご/麦 茶 【乳児：じゃが芋・鶏 肉・玉ねぎ・塩/牛乳】
6 木	おなかふりかけごはん とうふのみーとろーふ ぼてとぶろっこりーそてー ほうれんそうのみそしる	七分つき米・あわ・かつお 節・みりん・しょうゆ・あお のり/豆腐・豚肉・たまねぎ・ 米パン粉・油・塩・トマトケ チャップ・ウスターソース/フ ロコリウ・じゃがいも・た まねぎ・鶏肉・オリーブオイ ル・塩/たまねぎ・ほうれんそ う・油揚げ・みそ	幼児 乳児 やきびーふん たべにほし やきびーふん たべにほし(2さいのみ) たまねぎのすーぶ	ジュース ジュース	ビーフン・豚肉・塩・ 酒・にんじん・キャベ ツ・しめじ・さやいんげ ん・塩・しょうゆ・サラ ダ油・青のり/食パン/麦 茶 【乳児：玉ねぎ・にんじ ん・塩/牛乳】
7 金	きびごはん かじきのみそまよやき こまつなのびたし とうふとなめこのみそしる	七分つき米・きび/かじき・ 酒・みそ・マヨネーズ/小松 菜・にんじん・洗糖・しょう ゆ/豆腐・なめこ・みそ	幼児 乳児 いちごじゃむさんど いちごじゃむさんど ばすたすーぶ	ジュース ジュース	食パン・イチゴジャム/飲 むヨーグルト 【乳児：マカロニ・玉ね ぎ・キャベツ・塩】
8 土	みそにこみうどん にくじゃが いちご	乾麺・鶏肉・キャベツ・にん じん・ねぎ・ほうれん草・み そ・しょうゆ・みりん・塩/ じゃが芋・にんじん・豚肉・ 玉ねぎ・サラダ油・洗糖・み りん・しょうゆ/いちご	幼児 乳児 おかしもりあわせ	ジュース ジュース	クッキー せんべい りんごジュース
10 月	あわごはん とりのみりんやき だいこんとにんじんのみそに じゃがいもとたまねぎのみそしる	七分つき米・あわ/鶏肉・しょ うゆ・みりん・酒・サラダ油 大根・にんじん・豚肉・サラ ダ油・洗糖・しょうゆ・み そ・さやいんげん/じゃが芋・ 玉ねぎ・みそ	幼児 乳児 きなこけーき いちご きなこけーき はるさめのすましじる いちご	ジュース ジュース	薄力粉・ベーキングパウ ダー・黄な粉・上白糖・ 塩・豆乳・サラダ油/いち ご/牛乳 【乳児：春雨・青梗菜・ しょうゆ・塩】
11 火	たけのごはん しろみざかなのからあげ にんじんのいりに たまねぎとかぶのみそしる	七分つき米・しょうゆ・酒・ たけのこ・油揚げ・みりん・ しょうゆ/生タろ・塩・酒・片 栗粉・サラダ油/にんじん・白 滝・洗糖・しょうゆ・みり ん・サラダ油・さやいんげん/ 玉ねぎ・かぶ・みそ	幼児 乳児 すばげっていなほりたん まかろになほりたん えのきのすましじる	ジュース ジュース	スパゲッティ・鶏肉・玉 ねぎ・エリンギ・にんに く・オリーブ油・トマト ピューレ・トマトケ チャップ・塩/牛乳 【乳児：えのきたけ・わ かめ・しょうゆ・塩】
12 水	かれーびらふ じゃがいものそぼろに きゃべつすーぶ	七分つき米・塩・カレー粉・ 豚肉・さやいんげん・にんじ ん・玉ねぎ・オリーブ油/じゃ が芋・にんじん・豚肉・玉ね ぎ・しめじ・サラダ油・洗 糖・みりん・しょうゆ・塩・ 片栗粉・グリーンピース/キャ ベツ・鶏肉・青梗菜・塩・しょ うゆ	幼児 乳児 ごへいもち みかん ごへいもち とうふのすましじる みかん	ジュース ジュース	七分つき米・しらす干 し・小ねぎ・みそ・洗 糖・みりん/みかん/麦茶 【乳児：豆腐・小松菜・ しょうゆ・塩/牛乳】
13 木	ぐりんぴーすごはん さわらのさいきょうやき なむる さわにわん	七分つき米・もち米・塩・グ リンピース/さわら・洗糖・ しょうゆ・みりん・酒・白み そ/ほうれん草・もやし・ごま 油・洗糖・しょうゆ/豚肉・ 酒・大根・ごぼう・にんじ ん・ねぎ・しょうゆ・塩・片 栗粉	幼児 乳児 ぼてとまよねーすやき みかん ぼてとまよねーすやき きゃべつのみそしる みかん	ジュース ジュース	じゃが芋・鶏肉・マヨ ネーズ・豆乳・オリーブ 油・米パン粉/みかん/牛 乳 【乳児：キャベツ・玉ね ぎ・みそ】
14 金	にこみうどん さつまいものきんぴら よーぐると	乾麺・豚肉・キャベツ・ほう れん草・にんじん・しょう ゆ・みりん・塩/さつまいも ・にんじん・さやいんげん・ご ま油・洗糖・しょうゆ/ヨー グルト	幼児 乳児 ごもくとりめし にほしちつぷ ごもくとりめし にほしちつぷ(2さいのみ) かぶのみそしる	ジュース ジュース	七分つき米・鶏肉・酒・ にんじん・油揚げ・しょ うゆ・酒・塩/食パン/麦 茶 【乳児：かぶ・にんじ ん・みそ/牛乳】
15 土	ちきんらいす きゃべつとはるさめのそてー かぶとぶたにくのすーぶ いちご	七分つき米・塩・トマトケ チャップ・鶏肉・玉ねぎ・エ リンギ・グリーンピース・サラ ダ油/キャベツ・もやし・にん じん・鶏肉・春雨・サラダ 油・塩/かぶ・豚肉・しょう ゆ・塩/いちご	幼児 乳児 おかしもりあわせ	ジュース ジュース	クッキー せんべい りんごジュース



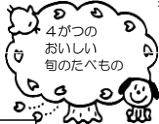
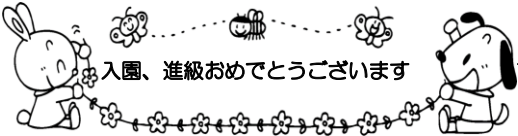
17月	なめたけごはん とりのつくねやき じゃがいものきんぴら ちんげんさいのみそしる	七分つき米・きび・えのきたけ・みりん・しょうゆ/鶏肉・しょうゆ・みりん・しょうが・ねぎ・米/パン粉・酒・サラダ油・片栗粉/じゃが芋・にんじん・さやいんげん/ごま油・洗糖・しょうゆ/	幼児 こめこのきやろぶけき みかん	【乳児】こめこのきやろぶけき みかん	上新粉・ベーキングパウダー・りんごジュース・キャロブ粉・洗糖・サラダ油・豆乳・乳糖/みかん/牛乳 【乳児】かぶ・葱・塩・しょうゆ/	
18火	かれーらいす きりぼしだいこんのもの ぜりー むぎちゃ	七分つき米・押し麦・豚肉・酒・じゃが芋・玉ねぎ・にんじん・にんにく・りんご・カールール/サラダ油/切干大根・油揚げ・しめじ・にんじん・洗糖・しょうゆ/ゼリー/麦茶	幼児 わかめうどん べびーちーず	【乳児】わかめうどん べびーちーず	乾麺・わかめ・ねぎ・鶏肉・みりん・塩・しょうゆ/チーズ 【乳児】牛乳	
19水	あわごはん とりのからあげ こうやどうふのもの だいこんとはくさいのみそしる	七分つき米・あわ/鶏肉・酒・しょうゆ・しょうが・片栗粉・油/高野豆腐・にんじん・さやべつ・しめじ・油・しょうゆ・みりん/砂糖/だいこん・白菜・なめこ・みそ	幼児 おかかやきおにぎり いちご	【乳児】おかかやきおにぎり いちご	七分つき米・饅頭・みりん・しょうゆ/いちご/麦茶	
20木	おかかふりかけごはん とうふのみーとろーふ ぼてとぶろっこりーそてー ほうれんそうのみそしる	七分つき米・あわ・かつお節・みりん・しょうゆ・あおのり/豆腐・豚肉・たまねぎ・米/パン粉・油・塩・トマトケチャップ/ウスターソース/ブロッコリー・じゃがいも・たまねぎ・鶏肉・オリーブオイル/塩/たまねぎ・ほうれんそう・油揚げ・みそ	幼児 やきびーふん たべにほし	【乳児】やきびーふん たべにほし (2さいのみ)	ビーフン・豚肉・塩・酒・にんじん・キャベツ・しめじ・さやいんげん・塩・しょうゆ・サラダ油・青のり/食べ蒸干し/麦茶 【乳児】玉ねぎ・にんじん・塩/牛乳	
21金	きびごはん かじきのみそまよやき こまつなのびたし とうふとなめこのみそしる	七分つき米・きび/かじき・酒・みそ・マヨネーズ/小松菜・にんじん・洗糖・しょうゆ/豆腐・なめこ・みそ/	幼児 ぱんのしょーとけーき	【乳児】ぱんのしょーとけーき ばすたすーぶ	食パン・イチゴジャム・いちご/餃子ヨグルト 【乳児】マカロニ・玉ねぎ・キャベツ・塩	
22土	みそにこみうどん にくじゃが いちご	乾麺・鶏肉・キャベツ・にんじん・ねぎ・ほうれん草・みそ・しょうゆ・みりん・塩/じゃが芋・にんじん・豚肉・玉ねぎ・サラダ油・洗糖・みりん・しょうゆ/いちご	幼児 おかしもりあわせ	【乳児】おかしもりあわせ	クッキー せんべい りんごジュース	
24月	あわごはん とりのみりんやき だいこんとにんじんのみそに じゃがいもとたまねぎのみそしる	七分つき米・あわ/鶏肉・しょうゆ・みりん・酒・サラダ油/大根・にんじん・豚肉・サラダ油・洗糖・しょうゆ・みそ・さやいんげん/じゃが芋・玉ねぎ・みそ	幼児 きなこけーき いちご	【乳児】きなこけーき はるさめのすましじる いちご	薄力粉・ベーキングパウダー・黄な粉・上白糖・塩・豆乳・サラダ油/いちご/牛乳 【乳児】春雨・青梗菜・しょうゆ・塩	
25火	たけのこごはん しろみざかなのからあげ にんじんのいりに たまねぎとかぶのみそしる	七分つき米・しょうゆ・酒・たけのこ・油揚げ・みりん・しょうゆ/生タラ・塩・酒・片栗粉・サラダ油/にんじん・白滝・洗糖・しょうゆ・みりん・サラダ油・さやいんげん/玉ねぎ・かぶ・みそ	幼児 すばげっていなぼりたん	【乳児】すばげっていなぼりたん まかろになぼりたん えのきのすましじる	スパゲッティ・鶏肉・玉ねぎ・エリンギ・にんにく・オリーブ油・トマトピューレ・トマトケチャップ・塩/牛乳 【乳児】えのきたけ・わかめ・しょうゆ・塩	
26水	かれーぴらふ じゃがいものそぼろに きゃべつすーぶ	七分つき米・塩・カレー粉・豚肉・さやいんげん・にんじん・玉ねぎ・オリーブ油/じゃが芋・にんじん・豚肉・玉ねぎ・しめじ・サラダ油・洗糖・みりん・しょうゆ・塩・片栗粉・グリーンピース/キャベツ・鶏肉・青梗菜・塩・しょうゆ	幼児 ごへいもち みかん	【乳児】ごへいもち ごとうふのすましじる みかん	七分つき米・しらす干し・小ねぎ・みそ・洗糖・みりん/みかん/麦茶 【乳児】豆腐・小松菜・しょうゆ・塩/牛乳	
27木	ぐりんぴーすごはん さわらのさいきょうやき なむる さわにわん	七分つき米・もち米・塩・グリーンピース/さわら・洗糖・しょうゆ・みりん・酒・白米/ほろれん草・もやし・ごま油・洗糖・しょうゆ/豚肉・酒・大根・ごぼう・にんじん・ねぎ・しょうゆ・塩・片栗粉	幼児 ぼてとまよねーすやき みかん	【乳児】ぼてとまよねーすやき きゃべつのみそしる みかん	じゃが芋・鶏肉・マヨネーズ・豆乳・オリーブ油・米/パン粉/みかん/牛乳 【乳児】キャベツ・玉ねぎ・みそ	
28金	にこみうどん さつまいものきんぴら よーぐるど	乾麺・豚肉・キャベツ・ほうれん草・にんじん・しょうゆ・みりん・塩/さつまいも・にんじん・さやいんげん・ごま油・洗糖・しょうゆ/ヨグルト	幼児 ごもくとりめし にほしちっぶ	【乳児】ごもくとりめし にほしちっぶ (2さいのみ)	七分つき米・鶏肉・酒・にんじん・油揚げ・しょうゆ・酒・塩/食べ蒸干し・洗糖・しょうゆ/麦茶 【乳児】かぶ・にんじん・みそ/牛乳	

「おてつだい」
みかんぐみ
たまねぎの
かわむき

「おてつだい」
ぶどうぐみ
ぐりんぴーす
さやとり

*食べ蒸干し、蒸干しゴマチップは2歳からたべます。

*献立は、食材の都合により変更することがあります。



「いも類」
新じゃがいも

「さかな」
さわら ひらめ ぶり
さより あまだい
まながつお
きす あさり かつお

「淡色野菜」
キャベツ たけのこ
ぶき うど
セロリ グリーンピース
アスパラガス
新たまねぎ

今年度も調理室一同、心を込めて一生懸命給食を作っていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。
調理室に「本日の給食とおやつ」が飾ってありますので、お迎え時にご覧下さい。
また、保育園給食のレシピ「おいしいレシピ」を玄関に置いてありますので、ご自由にお持ち帰り下さい。
給食で何か気になることがありましたら、いつでもお声かけ下さい。

「緑黄色野菜」
さやえんどう ほうれんそう
根みつば からしな

「くだもの」
はっさく きよみかん
いちご いよかん

【乳児栄養価】

エネルギー	539kcal
たんぱく質	19.0g
脂質	14.7g
カルシウム	190mg
鉄	2.3mg
V.A	155μg
V.B1	0.25mg
V.B2	0.20mg
V.C	19mg
塩分	2.6g

【幼児栄養価】

エネルギー	581 kcal
たんぱく質	21.2 g
脂質	13.6 g
カルシウム	173 mg
鉄	2.5 mg
V.A	145μg
V.B1	0.30mg
V.B2	0.20mg
V.C	23mg
塩分	2.9g