

4がつ 給食献立表



今月登場する旬の食材・果物
いちご・きよみおれんじ
なほな・アスパラガス

*乳児クラスは、9時半頃に牛乳・飲むヨーグルトが出ます。
*アレルギー等の確認のため、食べたことのない食材はご家庭で事前に試してみてください。

午後のおやつは、完了食・1歳・2歳クラスは『乳児』
3歳・4歳・5歳クラスは『幼児』欄をご覧ください。

	きゅうしょく	ざいしょう	おやつ	ざいしょう
1 火	たけのこごはん さわらのさいきょうやき ほうれんそうのおかか じゃがいもとわかめのみそしる	七分つき米・醤油・酒・たけのこ・ 油揚げ・みりん・醤油/さわら・洗 糖・醤油・みりん・酒・白味噌/ほう れん草・もやし・人参・醤油・粉削 り/じゃがいも・生わかめ・味噌	とうふとーなつつ いちご ぎゅうにゅう とうふとーなつつ いちご にんじんとたまねぎのすーび	薄力粉・ベーキングパウダー・綿ご し豆腐・上白糖・揚げ油・粉糖/いち ご/牛乳 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】
2 水	あわいりごはん とりのつくねやき もやしいため とうふとこまつなのみそしる	七分つき米・あわ/鶏ひき肉・醤油・ みりん・生姜・長ねぎ・えのきた け・パン粉・酒・サラダ油・醤油・ みりん・片栗粉/もやし・にら・人 参・サラダ油・塩・醤油/木綿豆腐・ 小松菜・味噌	にんじんむしばん ぎゅうにゅう にんじんむしばん だいこんのすましじる	薄力粉・ベーキングパウダー・上白 糖・塩・豆乳・サラダ油・人参・干 しぶどう/牛乳 【乳児：大根・人参・塩・醤油】
3 木	ちきんらいす きゃべつとはるさめのいためもの かぶとりにくのすーび	七分つき米・トマトケチャップ・鶏 もも肉・玉ねぎ・エリンギ・サラダ 油・トマトケチャップ・塩/キャベ ツ・緑豆春雨・ベーコン・醤油・ 塩・サラダ油/かぶ・かぶ菜・人参・ 鶏もも肉・醤油・塩	ぶるーべりーじゃむさんど のむよーぐと ぶるーべりーじゃむさんど さつまいものみそしる	食パン・ブルーベリージャム/ 飲むヨーグルト 【乳児：さつまいも・えのきたけ・ 味噌】
4 金	みそにこみうどん だいこんのそぼろに よーぐと	乾麺・豚もも肉・油揚げ・白菜・ 人参・干し椎茸・長ねぎ・ほうれ ん草・味噌・醤油・みりん/鶏ひ き肉・生姜・大根・人参・さやい んげん・みりん・洗糖・醤油・こ ま油・片栗粉/加糖ヨーグルト	やきおにぎり(しょうゆ) にほごまちっぶ むぎぢゃ やきおにぎり(しょうゆ) 2歳〜にほごまちっぶ とうふとわかめのみそしる	七分つき米・塩・醤油/麦茶 【2歳〜食べ煮干し・白こま・洗 糖・醤油】 【乳児：木綿豆腐・生わかめ・醤 油・塩】
5 土	きのこすばげってい ぶるっこりーにんじんそてー きゃべつすーび いちご	スパゲッティ・ロースハム・玉ね ぎ・しめじ・えのきたけ・オリーブ 油・塩・醤油/ブロッコリー・冷凍 コーン・人参・サラダ油・塩/キャベ ツ・豚もも肉・青梗菜・塩・醤油	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
7 月	ちきんかれーらいす こうやとうふのもの むぎぢゃ りんごぜりー	七分つき米・押し麦・鶏もも肉・ 酒・じゃがいも・人参・玉ねぎ・に んにく・りんご・アラベルカレール ウ・サラダ油/高野豆腐・人参・キャ ベツ・干し椎茸・サラダ油・醤油・ みりん・洗糖/麦茶/市販りんごゼ リー	すばげっていなほりたん むぎぢゃ まかろになほりたん きゃべつすーび	スパゲッティ(乳児：マカロ ニ)・ロースハム・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/麦茶 【乳児：キャベツ・ベーコン・ 塩】
8 火	あわいりごはん とりのからあげ 乳児：とりのからあげふうやき にんじんのいりに ふとこまつなのすましじる	七分つき米・あわ/鶏もも肉・酒・醤 油・生姜・片栗粉・揚げ油/人参・し らたき・洗糖・醤油・みりん・サラ ダ油/おつゆ・小松菜・醤油・塩	きなことーすと いちご ぎゅうにゅう きなことーすと いちご かぶのすーび	食パン・発酵豆乳マーガリン・き な粉・上白糖・塩/牛乳/いちご 【乳児：かぶ・かぶ菜・塩・醤 油】
9 水	のりのつくだにごはん さけのみりんやき ひじきとつなのそてー たまねぎとえのきのみそしる	七分つき米・きび・焼きのり・醤 油・みりん/鮭・醤油・みりん・酒・ サラダ油/干しひじき・人参・キャベ ツ・ツナ缶・こま油・醤油・みりん/ 玉ねぎ・えのきたけ・味噌	ふらいとぼてと ぎゅうにゅう ふらいとぼてと わかめのちゅうかすーび	じゃがいも・揚げ油・塩・あおの り/牛乳 【乳児：長ねぎ・わかめ・醤油・ 塩・こま油】
10 木	ちゃーはん(ひきにく) はなやさいそてー だいこんぼとふ	七分つき米・押し麦・豚ひき肉・醤 油・酒・人参・長ねぎ・たけのこ・ 干し椎茸・サラダ油・塩・醤油/ブ ロッコリー・カリフラワー・人参・ オリーブ油・塩/鶏もも肉・酒・ペー コン・サラダ油・人参・大根・玉ね ぎ・ぶなしめじ・塩・醤油	まーぶるけーき きよみおれんじ のむよーぐと まーぶるけーき きよみおれんじ かぼちゃのすーび	薄力粉・強力粉・ベーキングパウ ダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ 油・ブルーベリージャム/飲む ヨーグルト/きよみおれんじ 【乳児：かぼちゃ・玉ねぎ・醤 油・塩】
11 金	まるばん とりにくのまーまれーどやき ぼてとまよいため ばすたすーび	丸パン/鶏もも肉・マーマレード・に んにく・生姜・醤油/じゃがいも・人 参・菜花・エッグフリー・マヨネー ズ・塩/ABCマカロニ・冷凍コー ン・ベーコン・玉ねぎ・キャベツ・ 塩	ごもくとりめし たべにほし むぎぢゃ ごもくとりめし 2歳〜たべにほし ふとながねぎのみそしる	七分つき米・鶏もも肉・酒・人 参・さやいんげん・昆布・醤油・ 酒・塩/麦茶 【2歳〜食べ煮干し】 【乳児：おつゆ・長ねぎ・味 噌】
12 土	さけちゃーはん かぶそてー ふとほうれんそうのすましじる いちご	七分つき米・押し麦・鮭ヒン・長ね ぎ・白こま・サラダ油・塩/かぶ・か ぶ菜・人参・ベーコン・にんにく・ オリーブ油・塩・醤油/おつゆ・ほ うれん草・醤油・塩/いちご	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
14 月	きびいりごはん ぶたにくのみそやき なほなのなむる こまつなとはるさめのすましじる	七分つき米・きび/豚もも肉・玉ね ぎ・サラダ油・味噌・洗糖・酒・醤油 /菜花・もやし・人参・こま油・洗 糖・醤油/小松菜・春雨・醤油・塩	すいーとぼてともんぶらん (みれーびすけとつぎ) きよみおれんじ・ぎゅうにゅう すいーとぼてともんぶらん (みれーびすけとつぎ) きよみおれんじ・とまとすーび	さつまいも・発酵豆乳マーガリ ン・豆乳・上白糖・ミレービス ケット/清見オレンジ/牛乳 【乳児：鶏もも肉・トマト・玉ね ぎ・塩】
15 火	たけのこごはん さわらのさいきょうやき ほうれんそうのおかか じゃがいもとわかめのみそしる	七分つき米・醤油・酒・たけのこ・ 油揚げ・みりん・醤油/さわら・洗 糖・醤油・みりん・酒・白味噌/ほう れん草・もやし・人参・醤油・粉削 り/じゃがいも・生わかめ・味噌	とうふとーなつつ いちご ぎゅうにゅう とうふとーなつつ いちご にんじんとたまねぎのすーび	薄力粉・ベーキングパウダー・綿 ごし豆腐・上白糖・揚げ油・粉糖 /いちご/牛乳 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】

16	あわいりごはん とりのつくねやき もやしいため とうふとこまつなのみそしる	水	七分つき米・あわ/鶏むき肉・醤油・みりん・生姜・長ねぎ・えのきたけ・パン粉・酒・サラダ油・醤油・みりん・片栗粉/もやし・にら・人参・サラダ油・塩・醤油/木綿豆腐・小松菜・味噌	幼児 乳児	にんじんむしばん ぎゅうにゅう にんじんむしばん だいこんのすましじる	薄力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ油・人参・干しぶどう/牛乳 【乳児：大根・人参・塩・醤油】
17	ちきんらいす きゃべつとはるさめのいためもの かぶとりにくのすーぶ	木	七分つき米・トマトケチャップ・鶏もも肉・玉ねぎ・エリンギ・サラダ油・トマトケチャップ・塩/キャベツ・緑豆春雨・ベーコン・醤油・塩・サラダ油/かぶ・かぶ菜・人参・鶏もも肉・醤油・塩	幼児 乳児	てづくりいちごじゃむさんと のむよーぐと てづくりいちごじゃむさんと さつまいものみそしる	食パン・冷凍いちご・上白糖・レモン果汁/飲むヨーグルト 【乳児：さつまいも・えのきたけ・味噌】
18	みそにこみうどん だいこんのそぼろに よーぐと	金	乾麺・豚もも肉・油揚げ・白菜・人参・干し椎茸・長ねぎ・ほうれん草・味噌・醤油・みりん/鶏むき肉・生姜・大根・人参・さやいんげん・みりん・洗糖・醤油・ごま油/片栗粉/加糖ヨーグルト	幼児 乳児	やきおにぎり(しょうゆ) にぼしごまちっぴ むぎぢゃ やきおにぎり(しょうゆ) 2歳〜にぼしごまちっぴ とうふとわかめのすましじる	七分つき米・塩・醤油/麦茶 【2歳〜食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油】 【乳児：木綿豆腐・生わかめ・醤油・塩】
19	きのこすばげってい ぶろっこりーにんじんそてー きゃべつすーぶ いちご	土	スパゲッティ・ロースハム・玉ねぎ・しめじ・えのきたけ・オリーブ油・塩・醤油/ブロッコリー・冷凍コーン・人参・サラダ油・塩/キャベツ・豚もも肉・青梗菜・塩・醤油	幼児 乳児	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
21	ちきんかれーらいす こうやとうふのにも むぎぢゃ りんごぜりー	月	七分つき米・押し麦・鶏もも肉・酒・じゃがいも・人参・玉ねぎ・にんにく・りんご・Aラベルカレールウ・サラダ油/高野豆腐・人参・キャベツ・干し椎茸・サラダ油・醤油・みりん・洗糖/麦茶/市販りんごゼリー	幼児 乳児	すばげっていなほりたん むぎぢゃ まかろになほりたん きゃべつすーぶ	スパゲッティ(乳児：マカロニ)・ロースハム・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/麦茶 【乳児：キャベツ・ベーコン・塩】
22	あわいりごはん とりのからあげ 乳児：とりのからあげふうやき にんじんのいりに ふとこまつなのすましじる	火	七分つき米・あわ/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・揚げ油/人参・しらたき・洗糖・醤油・みりん・サラダ油/おつゆ麩・小松菜・醤油・塩	幼児 乳児	きなこーすと いちご ぎゅうにゅう きなこーすと いちご かぶのすーぶ	食パン・発酵豆乳マーガリン・きな粉・上白糖・塩/牛乳/いちご 【乳児：かぶ・かぶ菜・醤油・塩】
23	のりのつくだにごはん さけのみりんやき ひじきとつなのそてー たまねぎとえのきのみそしる	水	七分つき米・きび・焼きのり・醤油・みりん/鮭・醤油・みりん・酒・サラダ油/干しひじき・人参・キャベツ・ツナ缶・ごま油・醤油・みりん/玉ねぎ・えのきたけ・味噌	幼児 乳児	ふらいどぼと ぎゅうにゅう ふらいどぼと わかめのちゅうかすーぶ	じゃがいも・揚げ油・塩・あおのり/牛乳 【乳児：長ねぎ・わかめ・醤油・塩・ごま油】
24	ちゃーはん(ひきにく) はなやさいそてー だいこんぼとふ	木	七分つき米・押し麦・豚ひき肉・醤油・酒・人参・長ねぎ・たけのこ・干し椎茸・サラダ油・塩・醤油/ブロッコリー・カリフラワー・人参・オリーブ油・塩/鶏もも肉・酒・ベーコン・サラダ油・人参・大根・玉ねぎ・ぶなしめじ・塩・醤油	幼児 乳児	まーぶるけーき きよみおれんじ のむよーぐと まーぶるけーき きよみおれんじ かぼぢゃのすーぶ	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ油・ブルーベリージャム/きよみオレンジ/飲むヨーグルト 【乳児：かぼぢゃ・玉ねぎ・醤油・塩】
25	まるばん とりにくのまーまれーどやき ぼととまよいため ばすたすーぶ	金	丸パン/鶏もも肉・マーマレード・にんにく・生姜・醤油/じゃがいも・人参・菜花・エッグフリーマヨネーズ・塩/ABCマカロニ・冷凍コーン・ベーコン・玉ねぎ・キャベツ・塩	幼児 乳児	ごもくとりめし たべにほし むぎぢゃ ごもくとりめし 2歳〜たべにほし ふとながねぎのみそしる	七分つき米・鶏もも肉・酒・人参・さやいんげん・昆布・醤油・塩・麦茶 【2歳〜食べ煮干し】 【乳児：おつゆ麩・長ねぎ・味噌】
26	さけちゃーはん かぶそてー ふとほうれんそうのすましじる いちご	土	七分つき米・押し麦・鮭ピン・長ねぎ・白ごま・サラダ油・塩/かぶ・かぶ菜・人参・ベーコン・にんにく・オリーブ油・塩・醤油/おつゆ麩・ほうれん草・醤油・塩/いちご	幼児 乳児	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
28	きびいりごはん ふたにくのみそやき なばなのなむる こまつなとはるさめのすましじる	月	七分つき米・きび/豚もも肉・玉ねぎ・サラダ油・味噌・洗糖・醤油・菜花・もやし・人参・ごま油・洗糖・醤油/小松菜・春雨・醤油・塩	幼児 乳児	すいーとぼとともんぶらん (みれーびすけつとつき) きよみおれんじ・ぎゅうにゅう すいーとぼとともんぶらん (みれーびすけつとつき) きよみおれんじ・とまとすーぶ	さつまいも・発酵豆乳マーガリン・豆乳・上白糖・ミレービスケット/清見オレンジ/牛乳 【乳児：鶏もも肉・トマト・玉ねぎ・塩】
29	しょうわのひ					
30	あわいりごはん とうふいりみーとろーふ こまつなのこみため だいこんとなめこのみそしる	水	七分つき米・あわ/木綿豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・サラダ油・パン粉・豆乳・塩・サラダ油・トマトケチャップ・ウスターソース/小松菜・もやし・人参・生姜・にんにく・サラダ油・塩/大根・なめこ・味噌	幼児 乳児	やきうどん たべにほし むぎぢゃ やきうどん 2歳〜たべにほし かぶのみそしる	乾麺・豚もも肉・酒・人参・キャベツ・干し椎茸・さやえんどう・塩・醤油・サラダ油・青のり/麦茶 【2歳〜食べ煮干し】 【乳児：かぶ・かぶ菜・味噌】

【栄養価】	エネルギー	たんぱく質	脂質	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	塩分	食物繊維	
乳児	0.1.2歳	487	17.9	13.2	191	2.1	131	0.20	0.19	19	2.2	4.7
幼児	3.4.5歳	563	20.2	14.4	174	2.4	135	0.27	0.18	21	2.4	5.6

今月の献立のわらい
*新入園児・在園児にとって食べやすく食べなれた献立にします。



*献立は、食材の都合により変更することがあります。
*乳児の午前おやつは今年度よりミレービスケットから牛乳・飲むヨーグルトに変更します。
それに伴い、午後のおやつに牛乳・飲むヨーグルトの提供がなくなります。
*食べ煮干し・煮干しゴマチップは2歳からたべます。



- 野菜** … さやえんどう・ほうれん草・あさつき・ふき・にら・菜の花・パセリ・アスパラガス・菊・グリーンピース・そら豆・新玉ねぎ
- いも類** … 新じゃがいも
- 魚** … ひらめ・ぶり・さより・かに・きんぎょ・まだい・にしん
- 果物** … いちご・いよかん・清見オレンジ・はっさく・夏みかん・河内晩柑