

# 4がつ 給食献立表



今月使用する旬の食材・果物  
いちご・きよみおれんじ  
なげぎ・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	ざいりょう	おやつ	ざいりょう
1 水	たけのこごはん さけのさいきょうやき ほうれんそうのおかか 幼児：むぎちゃ 乳児：わかめとながねぎのすましじる	七分つき米・醤油・酒・たけのこ・油揚げ・ みりん・醤油/鮭・洗糖・醤油・みりん・ 酒・白味噌/ほうれん草・もやし・人参・醬 油・粉削り/ 乳児：若布・長ねぎ・醤油・塩/幼児：麦茶	幼児 とうふどーなっつ ぎゅうにゅう 乳児 とうふどーなっつ にんじんとたまねぎのすーぷ	薄力粉・ベーキングパウダー・絹ご し豆腐・上白糖・揚げ油・粉糖/牛乳 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】
2 木	むぎごはん ぶたにくのあまからいため きゃべつとこーんのそてー だいこんとこまつなのみそしる	七分つき米・押麦/豚もも肉・酒・醬 油・洗糖・玉ねぎ・サラダ油/キャベ ツ・冷凍コーン・ベーコン・サラダ 油/大根・小松菜・味噌	幼児 ぶるべりーじゃむさんど のむよーぐると 乳児 ぶるべりーじゃむさんど さつまいものすましじる	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・ 塩・醤油】
3 金	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ぷ	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・冷凍コーン・ベーコン・醤油 ・塩・緑豆春雨・かぶ・人参・ 鶏もも肉・醤油・塩	幼児 わかめうどん きよみおれんじ 乳児 わかめうどん きよみおれんじ	乾麺・若布・長ねぎ・鶏もも肉・み りん・塩・醤油 果物：きよみオレンジ
4 土	ほうれんそうとつなのすばげってい ぼてとあすばらそてー きゃべつすーぷ いちご	スパゲッティ・ほうれん草・ツナ 缶・しめじ・にんにく・オリブ 油・塩・醤油/アスパラガス・じゃが いも・玉ねぎ・オリブ油・塩/きゃ べつ・ベーコン・玉ねぎ・塩・醤油	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす 乳児	市販菓子 りんごジュース
6 月	かれーびらふ じゃがいものそぼろに はくさいすーぷ	七分つき米・塩・カレー粉・鶏もも 肉・冷凍コーン・玉ねぎ・人参・サ ラダ油・カレー粉・塩・グリーンピ ース/じゃがいも・人参・豚ひき肉・玉 ねぎ・干し椎茸・サラダ油・洗糖・ みりん・醤油・塩・片栗粉・さやい んげん/白菜・人参・ベーコン・醬 油・塩	幼児 こめこのいちごむしぼん ぎゅうにゅう 乳児 こめこのいちごむしぼん はるさめとおおなのすーぷ	米粉・ベーキングパウダー・上白 糖・豆乳・サラダ油・酢・いちご パウダー/牛乳 【乳児：小松菜・春雨・醤油・ 塩】
7 火	にこみうどん だいこんとにんじんのみそに よーぐると	乾麺・鶏もも肉・きゃべつ・ほうれ ん草・人参・醤油・みりん・塩/大 根・人参・豚もも肉・サラダ油・洗 糖・醤油・味噌/加糖ヨーグルト	幼児 やきおにぎり（しょうゆ） むぎちゃ たべにぼし 乳児 やきおにぎり（しょうゆ） ちんげんさいのみそしる 2歳～たべにぼし	七分つき米・塩・醤油/麦茶 【2歳～：食べ煮干し】 【乳児：青梗菜・玉ねぎ・味噌】
8 水	きびいりごはん さけのみりんやき もやしいため とうふとたまねぎのみそしる	七分つき米・きび/鮭・醤油・みり ん・酒・サラダ油/きゃべつ・もやし ・にら・人参・えのきたけ・サ ラダ油・塩・醤油/木綿豆腐・玉ねぎ・ 味噌	幼児 ふらいどぼてと ぎゅうにゅう 乳児 ふらいどぼてと わかめのちゅうかすーぷ	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・片栗粉】
9 木	ゆかりごはん とうふのみーとろーふ ひじきのにも さわにわん	七分つき米・押麦・ゆかり/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/干し ひじき・人参・油揚げ・洗糖・醬 油・みりん・サラダ油/豚もも肉・ 酒・大根・ごぼう・人参・長ねぎ・ 醤油・片栗粉・塩	幼児 まーぶるけーき のむよーぐると 乳児 まーぶるけーき かぶのすーぷ	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 【乳児：かぶ・かぶ菜・醤油・ 塩】
10 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 ばすたすーぷ	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 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 ごもくとりめし むぎちゃ にほしちっぷ 乳児 ごもくとりめし ふとながねぎのみそしる 2歳～にほしちっぷ	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・洗糖・醬 油】 【乳児：おつゆ麩・長ねぎ・味 噌】
11 土	はむちゃーはん ほうれんそういため たまねぎとちんげんさいのみそしる いちご	七分つき米・ハム・人参・長ねぎ・ さやいんげん・干し椎茸・サ ラダ油・塩・醤油/ほうれん草・もやし ・人参・冷凍コーン・塩・サ ラダ油/玉ねぎ・青梗菜・玉ねぎ・味噌/ いちご	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす 乳児	市販菓子 りんごジュース
13 月	ちきんかれーらいす こうやとうふのにも むぎちゃ りんごぜりー	七分つき米・押麦・鶏もも肉・酒・ じゃがいも・玉ねぎ・人参・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・きゃべ つ・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 きなこかつぶけーき ぎゅうにゅう いちご 乳児 きなこかつぶけーき とまとすーぷ いちご	薄力粉・ベーキングパウダー・き な粉・上白糖・塩・豆乳・サ ラダ油/牛乳 果物：いちご 【乳児：トマト・玉ねぎ・塩】
14 火	なめたけごはん とりのからあげ 乳児：とりのからあげふうやき だいこんのきんぴら ふとこまつなのみそしる	七分つき米・あわ・えのきたけ・み りん・醤油/鶏もも肉・酒・醤油・生 姜・片栗粉・揚げ油/大根・油揚げ・ 人参・サラダ油・洗糖・醤油・さや いんげん/おつゆ麩・小松菜・長ね ぎ・味噌	幼児 きやろぶらすく ぎゅうにゅう 乳児 きやろぶらすく さやえんどうのすーぷ	食パン・発酵豆乳マーガリン・キャ ロップ粉・上白糖/牛乳 【乳児：人参・さやえんどう・醬 油・塩】
15 水	たけのこごはん さけのさいきょうやき ほうれんそうのおかか わかめとながねぎのすましじる	七分つき米・醤油・酒・たけのこ・ 油揚げ・みりん・醤油/鮭・洗糖・醬 油・みりん・酒・白味噌/ほうれん 草・もやし・人参・醤油・粉削り・ 若布・長ねぎ・醤油・塩	幼児 とうふどーなっつ ぎゅうにゅう 乳児 とうふどーなっつ にんじんとたまねぎのすーぷ	薄力粉・ベーキングパウダー・絹ご し豆腐・上白糖・揚げ油・粉糖/牛乳 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】

にゅうえんしき  
にゅうえん  
おめでとう  
ございます

幼児は給食をお弁当にして  
テラスでお花見する予定です



「おてつだい」  
たまねぎの  
かわむき



「おてつだい」  
たまねぎの  
かわむき



16	むぎごはん ぶたにくのあまからいため きゃべつとこーんのをてー だいこんとこまつなのみそしる	「おてつだい」 ぶどう ぐみ たまねぎの かわむき	七分つき米・押麦/豚もも肉・酒・醤油・洗糖・玉ねぎ・サラダ油/キャベツ・冷凍コーン・ベーコン・サラダ油/大根・小松菜・味噌	幼児 ぶるーべりーじゃむさんと のむよーぐると	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・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 かぶととりにくのすーぷ		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 わかめうどん きよみおれんじ	乾燥・若布・長ねぎ・鶏もも肉・みりん・塩・醤油 果物：きよみオレンジ
18	ほうれんそうとつなのすばげってい ほてとあすばらそてー きゃべつすーぷ いちご		スパゲッティ・ほうれん草・ツナ缶・しめじ・にんにく・オリーブ油・塩・醤油/アスパラガス・じゃがいも・玉ねぎ・オリーブ油・塩/きゃべつ・ベーコン・玉ねぎ・塩・醤油	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす	市販菓子 りんごジュース
20	かれーびらふ じゃがいものそぼろに はくさいすーぷ		七分つき米・塩・カレー粉・鶏もも肉・冷凍コーン・玉ねぎ・人参・サラダ油・カレー粉・塩・グリーンピース/じゃがいも・人参・豚ひき肉・玉ねぎ・干し椎茸・サラダ油・洗糖・みりん・醤油・塩・片栗粉・さやいんげん/白菜・人参・ベーコン・醤油・塩	幼児 こめこのむしばん ぎゅうにゅう	米粉・ベーキングパウダー・上白糖・豆乳・サラダ油・酢/牛乳 【乳児：小松菜・春雨・醤油・塩】
21	にこみうどん だいこんとにんじんのみそに よーぐると		乾燥・鶏もも肉・きゃべつ・ほうれん草・人参・醤油・みりん・塩/大根・人参・豚もも肉・サラダ油・洗糖・醤油・味噌/加糖ヨーグルト	幼児 やきおにぎり（しょうゆ） むぎちや たべにぼし	七分つき米・塩・醤油/麦茶 【2歳～食べ煮干し】 【乳児：青梗菜・玉ねぎ・味噌】
22	きびいりごはん さけのみりんやき もやしいため とうふとたまねぎのみそしる	「おてつだい」 みかん ぐみ たまねぎの かわむき	七分つき米・きび/鮭・醤油・みりん・酒・サラダ油/きゃべつ・もやし・にら・人参・えのきたけ・サラダ油・塩・醤油/木綿豆腐・玉ねぎ・味噌	幼児 ふらいどほてと ぎゅうにゅう	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・片栗粉】
23	ゆかりごはん とうふのみーとろーふ ひじきのにもの さわにわん		七分つき米・押麦・ゆかり/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/干しひじき・人参・油揚げ・洗糖・醤油・みりん・サラダ油/豚もも肉・酒・大根・ごぼう・人参・長ねぎ・醤油・片栗粉・塩	幼児 まーぶるけーき のむよーぐると	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 【乳児：かぶ・かぶ菜・醤油・塩】
24	まるばん とりにくのまーまれーどやき ほてとまよいため ばすたすーぷ		丸パン/鶏もも肉・マーメイド・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 ごもくとりめし むぎちや にほしちゅぷ	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・洗糖・醤油】 【乳児：おつゆ麩・長ねぎ・味噌】
25	はむちやーはん ほうれんそういため たまねぎとちんげんさいのみそしる いちご		七分つき米・ハム・人参・長ねぎ・さやいんげん・干し椎茸・サラダ油・塩・醤油/ほうれん草・もやし・ベーコン・冷凍コーン・塩・サラダ油/玉ねぎ・青梗菜・玉ねぎ・味噌/いちご	幼児 おかしもりあわせ りんごじゅーす	市販菓子 りんごジュース
27	ちきんかれーらいす こうやととうふのにもの むぎちや りんごぜりー	「おてつだい」 りんご ぐみ たまねぎの かわむき	七分つき米・押麦・鶏もも肉・酒・じゃがいも・玉ねぎ・人参・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・きゃべつ・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 きなこかっぴけーき ぎゅうにゅう いちご	薄力粉・ベーキングパウダー・きな粉・上白糖・塩・豆乳・サラダ油/牛乳 果物：いちご 【乳児：トマト・玉ねぎ・塩】
28	なめたけごはん とりのからあげ 乳児：とりのからあげふうやき だいこんのきんぴら ふとこまつなのみそしる		七分つき米・あわ・えのきたけ・みりん・醤油/鶏もも肉・酒・醤油・生姜・片栗粉・揚げ油/大根・油揚げ・人参・サラダ油・洗糖・醤油・さやいんげん/おつゆ麩・小松菜・長ねぎ・味噌	幼児 こいのぼりばん ぎゅうにゅう	食パン・いちごジャム・ブルーベリージャム・ミレービスケット・野菜スティック/牛乳 【乳児：さやえんどう・人参・醤油・塩】
29	水		しょうわのひ		
30	じゃこちやーはん さんしょくに だいこんほとふ	「おてつだい」 ぶどう ぐみ しめじの ほくし	七分つき米・押麦・ちりめんじゃこ・人参・長ねぎ・さやいんげん・エリンギ・サラダ油・塩・醤油/じゃがいも・人参・冷凍コーン・洗糖・塩・さやいんげん/鶏もも肉・酒・ベーコン・サラダ油・玉ねぎ	幼児 にんじんむしばん のむよーぐると きよみおれんじ	薄力粉・ベーキングパウダー・上白糖・塩・豆乳・サラダ油・人参・干し豆腐/飲むヨーグルト 果物：きよみおれんじ 【乳児：白菜・玉ねぎ・味噌】

【栄養価】	クラス	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	1,2歳	478	17.2	12.6	182	1.9	133	0.21	0.18	15	2.3	4.7
幼児	3,4,5歳	556	19.3	14.6	171	2.4	141	0.27	0.18	16	2.4	5.6

**今月の献立のわらい**

\*新入園児・在園児にとって  
食べやすく食べられた献立にします。



\*献立は、食材の都合により変更することが  
あります。  
\*食べ煮干し、煮干しチップは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・筍・グリーンピース・そら豆・新玉ねぎ
- いち類** ... 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