



# 4月給食献立表

\*おやつ\*  
もり・そら・うみ：「幼児」  
はな・ほし・にじ：「乳児」



境南第2保育園

	おひる	材料	午後おやつ	材料	
2月	チキンライス キャベツ春雨の炒めもの かぶと豚肉のスープ	胚芽米 塩 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ さやいんげん 油 キャベツ もやし 人参 ベーコン 春雨 かぶ 豚肉 醤油	幼児	ヨーグルトケーキ ぎゅうにゅう	卵 上白糖 牛乳 プレーンヨーグルト レーズン 薄力粉
			乳児	ヨーグルトケーキ 豆腐とねぎのすまし汁	B.P バター 牛乳 豆腐 ねぎ 醤油 塩
3火	ごはん 鶏のつくね焼き ナムル さつま芋とチンゲン菜のみそ汁	胚芽米 きび 鶏ひき肉 醤油 みりん しょうが ねぎ おから 酒 醤油 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし 人参 ごま油 洗糖 白ごま さつま芋 チンゲン菜 玉ねぎ みそ	幼児	黒糖ちんすこう 食べ煮干し ぎゅうにゅう	薄力粉 上白糖 黒糖 ラード
			乳児	黒糖ちんすこう 2才食べ煮干し 麩と大根のすまし汁	牛乳 食べ煮干し 麩 大根
4水	手作りカレーライス (乳児 ミルクカレー) 切干大根の煮物 ヨーグルト 麦茶	胚芽米 押し麦 豚肉 酒 ジャガイモ 玉葱 人参 にんにく りんご 塩 豆乳 油 薄力粉 カレー粉 ウスターソース ケチャップ (バター 牛乳) 切干大根 油揚げ 人参 さやいんげん ヨーグルト 麦茶	幼児	パンのショートケーキ ぎゅうにゅう	食パン いちご 上白糖 牛乳
			乳児	パンのショートケーキ 人参と玉ねぎのスープ	人参 鶏肉 玉ねぎ 塩
5木	ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトアスパラソテー 若布とほうれん草のすまし汁	胚芽米 あわ 豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 油 おから 豆乳 塩 ケチャップ ウスターソース アスパラガス ジャガイモ エリンギ 人参 ベーコン オリーブ油 若布 ほうれん草 ねぎ 醤油	幼児	鶏肉と白菜のうどん くだもの	乾麺 鶏肉 人参 白菜 みりん 塩 醤油
			乳児	鶏肉と白菜のうどん くだもの	清見オレンジ
6金	グリーンピースごはん かじきのみそマヨネーズ焼き 小松菜の煮びたし 生揚げと大根のみそ汁	胚芽米 もち米 塩 グリーンピース かじき 酒 みそ マヨネーズ 小松菜 人参 もやし 醤油 生揚げ 白菜 大根 みそ	幼児	フライドポテト くだもの むぎちゃ	ジャガイモ 油 塩 青のり 麦茶
			乳児	フライドポテト くだもの パスタスープ	清見オレンジ マカロニ 玉ねぎ キャベツ
7土	マーボー豆腐丼 かぶと人参の煮びたし 麩と若布のすまし汁 くだもの	胚芽米 豆腐 豚ひき肉 ねぎ みそ 洗糖 醤油 ごま油 片栗粉 かぶ 人参 油揚げ みりん 麩 若布 塩 いちご	幼児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	クッキー せんべい 牛乳
			乳児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	
9月	ごはん 鶏肉のみりん焼き もやし炒め じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	胚芽米 きび 鶏肉 醤油 みりん 酒 もやし 人参 油 塩 じゃが芋 玉葱 水菜 みそ	幼児	スイートポテトモンブラン ぎゅうにゅう くだもの	さつま芋 バター 生クリーム 牛乳 上白糖 ビスケット
			乳児	スイートポテトモンブラン 大根とベーコンのスープ くだもの	牛乳 いちご 大根 ベーコン 醤油 塩
10火	ごはん さわらの西京焼き 野菜炒め 沢煮わん	胚芽米 きび さারা 洗糖 醤油 みりん 酒 白みそ 鶏肉 干し椎茸 人参 ピーマン キャベツ しょうが にんにく 油 みりん 片栗粉 豚肉 大根 ごぼう 人参 ねぎ 塩	幼児	きなこカップケーキ ぎゅうにゅう	薄力粉 B.P きな粉 上白糖 塩 豆乳 油 牛乳
			乳児	きなこカップケーキ キャベツスープ	いちご キャベツ 玉ねぎ ベーコン
11水	カレーピラフ じゃが芋のそぼろ煮 キャベツスープ	胚芽米 塩 カレー粉 豚肉 さやいんげん 人参 玉ねぎ オリーブ油 ジャガイモ 人参 豚ひき肉 玉ねぎ干し椎茸 油 洗糖 みりん 醤油 片栗粉 グリーンピース キャベツ 鶏肉 しめじ	幼児	ツナマヨトースト のむヨーグルト くだもの	食パン マヨネーズ ツナ缶 のむヨーグルト
			乳児	ツナマヨトースト くだもの 豆腐と小松菜のすまし汁	いちご 豆腐 小松菜 醤油 塩
12木	たけのごはん 白身魚からあげ かぶソテー 豆腐とほうれん草のみそ汁	胚芽米 醤油 酒 たけのこ 油揚げ みりん たら 塩 酒 片栗粉 油 かぶ 人参 ベーコン にんにく オリーブ油 豆腐 ほうれん草 えのきたけ みそ	幼児	スバゲティナポリタン チーズ むぎちゃ	スバゲティ 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
			乳児	スバゲティナポリタン チーズ かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	ケチャップ 塩 麦茶 チーズ 南瓜 玉ねぎ みそ
13金	キャベツと豚肉のうどん 大根と生揚げのみそ煮 くだもの	乾麺 豚肉 キャベツ ほうれん草 人参 醤油 みりん 塩 大根 人参 生揚げ さやいんげん 油 洗糖 みそ 河内晩柑	幼児	五目鶏めし 煮干しごまチップ むぎちゃ	胚芽米 鶏肉 酒 人参 油揚げ 昆布 醤油 塩
			乳児	五目鶏めし 2才煮干しごまチップ かぶのみそ汁	麦茶 食べ煮干し 白ごま 洗糖 かぶ みそ
14土	カリカリトースト ブロッコリーソテー カンジャスープ くだもの	食パン マヨネーズ ベーコン ブロッコリー 玉ねぎ ウィンナー オリーブ油 塩 鶏肉 にんにく 塩 人参 玉ねぎ じゃが芋 セロリ チンゲン菜 胚芽米 油 塩 醤油	幼児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	クッキー せんべい 牛乳
			乳児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	
16月	チキンライス キャベツ春雨の炒めもの かぶと豚肉のスープ	胚芽米 塩 ケチャップ 鶏肉 玉葱 エリンギ さやいんげん 油 キャベツ もやし 人参 ベーコン 春雨 かぶ 豚肉 醤油	幼児	ヨーグルトケーキ ぎゅうにゅう	卵 上白糖 牛乳 プレーンヨーグルト レーズン 薄力粉
			乳児	ヨーグルトケーキ 豆腐とねぎのすまし汁	B.P バター 牛乳 豆腐 ねぎ 醤油 塩
17火	ごはん 鶏のつくね焼き ナムル さつま芋とチンゲン菜のみそ汁	胚芽米 きび 鶏ひき肉 醤油 みりん しょうが ねぎ おから 酒 醤油 みりん 片栗粉 ほうれん草 もやし 人参 ごま油 洗糖 白ごま さつま芋 チンゲン菜 玉ねぎ みそ	幼児	黒糖ちんすこう 食べ煮干し ぎゅうにゅう	薄力粉 上白糖 黒糖 ラード
			乳児	黒糖ちんすこう 2才食べ煮干し 麩と大根のすまし汁	牛乳 食べ煮干し 麩 大根

※都合により献立を変更することがあります。  
※ほし、にじ組の午前おやつは牛乳、麦茶など。ほし組はおやつは煮干しはありません。

18 水	手作りカレーライス (乳児 ミルクカレー) 切干大根の煮物 ヨーグルト 麦茶	玉葱皮むき もりぐみ	胚芽米 押し麦 豚肉 酒 ジャが芋 玉葱 人参 にんにく りんご 塩 豆乳 油 薄力粉 カレー粉 ウスターソース ケチャップ (バター 牛乳) 切干大根 油揚げ 人参 さやいんげん ヨーグルト 麦茶	幼児	パンのショートケーキ ぎゅうにゅう	食パン いちご 上白糖 牛乳 人参 鶏肉 玉ねぎ 塩
			乳児	パンのショートケーキ 人参と玉ねぎのスープ		
19 木	ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトアスパラソテー 若布とほうれん草のすまし汁		胚芽米 あわ 豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 油 おから 豆乳 塩 ケチャップ ウスターソース アスパラガス ジャが芋 エリンギ 人参 ベーコン オリーブ油 若布 ほうれん草 ねぎ 醤油	幼児	鶏肉と白菜のうどん くだもの	乾麺 鶏肉 人参 白菜 みりん 塩 醤油 清見オレンジ
			乳児	鶏肉と白菜のうどん くだもの		
20 金	グリーンピースごはん かじきのみそマヨネーズ焼き 小松菜の煮びたし 生揚げと大根のみそ汁	グリーンピース さやだし そらくみ	胚芽米 もち米 塩 グリンピース かじき 酒 みそ マヨネーズ 小松菜 人参 もやし 醤油 生揚げ 白菜 大根 みそ	幼児	フライドポテト むぎちや	じゃが芋 油 塩 青のり 麦茶 清見オレンジ マカロニ 玉ねぎ キャベツ
			乳児	フライドポテト パスタスープ		
21 土	マーボー豆腐丼 かぶと人参の煮びたし 麩と若布のすまし汁 くだもの		胚芽米 豆腐 豚ひき肉 ねぎ みそ 洗糖 醤油 ごま油 片栗粉 かぶ 人参 油揚げ みりん 麩 若布 塩 いちご	幼児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	クッキー せんべい 牛乳
			乳児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう		
23 月	ごはん 鶏肉のみりん焼き もやし炒め じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	玉葱皮むき もりぐみ	胚芽米 きび 鶏肉 醤油 みりん 酒 もやし にら 人参 油 塩 じゃが芋 玉葱 水菜 みそ	幼児	スイートポテトモンブラン ぎゅうにゅう くだもの	さつま芋 バター 生クリーム 牛乳 上白糖 ビスケット 牛乳 いちご 大根 ベーコン 醤油 塩
			乳児	スイートポテトモンブラン 大根とベーコンのスープ くだもの		
24 火	ごはん さわらの西京焼き 野菜炒め 沢煮わん		胚芽米 きび さわら 洗糖 醤油 みりん 酒 白みそ 鶏肉 干し椎茸 人参 ピーマン キャベツ しょうが にんにく 油 みりん 片栗粉	幼児	きなこカップケーキ ぎゅうにゅう	薄力粉 B.P きな粉 上白糖 塩 豆乳 油 牛乳 いちご キャベツ 玉ねぎ ベーコン
			乳児	きなこカップケーキ キャベツスープ		
25 水	カレーピラフ じゃが芋のそぼろ煮 キャベツスープ	グリーンピース さやだし もりぐみ  玉葱皮むき そらくみ	胚芽米 塩 カレー粉 豚肉 さやいんげん 人参 玉ねぎ オリーブ油 ジャが芋 人参 豚ひき肉 玉ねぎ干し椎茸 油 洗糖 みりん 醤油 片栗粉 グリンピース キャベツ 鶏肉 しめじ	幼児	こいのぼりパン のむヨーグルト	食パン いちご 上白糖 ブルーベリージャム ポーロ ビスケット のむヨーグルト 豆腐 小松菜 醤油 塩
			乳児	こいのぼりパン 豆腐と小松菜のすまし汁		
26 木	たけのこごはん 白身魚からあげ かぶソテー 豆腐とほうれん草のみそ汁	玉葱皮むき もりぐみ	胚芽米 醤油 酒 たけのこ 油揚げ みりん たら 塩 酒 片栗粉 油 かぶ 人参 ベーコン にんにく オリーブ油 豆腐 ほうれん草 えのきたけ みそ	幼児	スパゲティナポリタン チーズ むぎちや	スパゲティ 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 ケチャップ 塩 麦茶 チーズ 南瓜 玉ねぎ みそ
			乳児	スパゲティナポリタン チーズ かぼちゃと玉ねぎのみそ汁		
27 金	キャベツと豚肉のうどん 大根と生揚げのみそ煮 くだもの		乾麺 豚肉 キャベツ ほうれん草 人参 醤油 みりん 塩 大根 人参 生揚げ さやいんげん 油 洗糖 みそ 河内晩柑	幼児	五目鶏めし 煮干しごまチップ むぎちや	胚芽米 鶏肉 酒 人参 油揚げ 昆布 醤油 塩 麦茶 食べ煮干し 白ごま 洗糖 かぶ みそ
			乳児	五目鶏めし 2才煮干しごまチップ かぶのみそ汁		
28 土	カリカリトースト ブロッコリーソテー カンジャスープ くだもの		食パン マヨネーズ ベーコン ブロッコリー 玉ねぎ ウィンナー オリーブ油 塩 鶏肉 にんにく 塩 人参 玉ねぎ じゃが芋 セロリ チンゲン菜 胚芽米 油 塩 醤油	幼児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう	クッキー せんべい 牛乳
			乳児	市販クッキー・せんべい ぎゅうにゅう		

《栄養価》	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	V.A	V.B1	V.B2	V.C	食塩	食物繊維
はな～にじ	504kcal	18.5g	10.2g	209mg	2.2g	148μgRE	0.26mg	0.20mg	19mg	2.4g	3.8g
もり～うみ	580kcal	20.9g	17.5g	190mg	2.4g	150μgRE	0.31mg	0.22mg	21mg	2.7g	4.5g

**【こんだてのわらい】**  
 ・新入園児、在園児にとって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。

**【旬の食材】**  
 魚・・・ひらめ ぶり きす さより さわら あまだい  
 緑黄色野菜・・・さやえんどう ほうれん草 根みつば からし菜  
 淡色野菜・・・キャベツ たけのこ ぶき うど グリンピース  
 くだもの・・・いちご 清見オレンジ

**給食の見本展示**  
 給食の見本を玄関前に飾っていますので、帰る時に親子でご覧ください。  
 今日の給食は何だったのか、どのくらい食べたかなどお子さんに聞いてみてください。

**放射性物質検査**  
 武蔵野市では、給食を安心して食べて頂くために、給食の食材と給食そのものの放射能物質検査を行っています。  
 検査結果は、園の掲示または市のホームページをご覧ください。

**おいしいレシピ**  
 給食のメニューの中から簡単に出来て子どもたちに人気のレシピを紹介しています。  
 毎月発行する「おいしいつうしん」にレシピを載せていますので、ぜひご家庭で作ってみてください。

入園・進級おめでとございます