



給食献立表

※1~2歳は朝のおやつに牛乳(月,火,水,金)または飲むヨーグルト(木)がつきます。

1~2歳は乳児、3~5歳は幼児を見てください。

日	おひる	主な材料	午後のおやつ	主な材料
2月	ごはん(あわ入り) 鰯の西京焼き ナムル 沢煮椀 にゅうえんしき	七分つき米 あわ/鰯 白味噌/ほうれん草 もやし 白ごま/豚もも肉 大根 ごぼう 人参 長葱	幼児 ポテトマヨネーズ焼き 食ベ煮干し 牛乳	じゃが芋 ウィンナー マヨネーズ(卵なし) (乳児: マカロニ さやいんげん 玉葱)
			乳児 ポテトマヨネーズ焼き 食ベ煮干し(2歳~) パスタスープ	
3火	チキンライス じゃが芋のそぼろ煮 春キャベツのスープ	七分つき米 ケチャップ 鶏もも肉 玉葱 エリンギ グリンピース/じゃが芋 人参 豚挽肉 玉葱 干し椎茸 グリンピース/キャベツ ロースハム チンゲン菜	幼児 キャロブクッキー いちご 牛乳	バター 牛乳 薄力粉 キャロブ粉 (乳児: 若布 長葱)
			乳児 キャロブクッキー いちご 若布のすまし汁	
4水	なめ煮ごはん 鶏のつくね煮 さつま芋のきんぴら チンゲン菜の味噌汁	七分つき米 きび えのき茸/鶏挽肉 生姜 長葱 パン粉/さつま芋 人参 さやいんげん/油揚げ 玉葱 チンゲン菜	幼児 パンのショートケーキ 牛乳	食パン(乳・卵なし) 苺 ジャム 苺 (乳児: 人参 玉葱)
			乳児 パンのショートケーキ 玉葱と人参のスープ	
5木	カレーライス (乳児: ミルクカレー) 切干大根の煮物 飲むヨーグルト	七分つき米 押麦 豚もも肉 じゃが芋 玉葱 人参 にんにく りんご カレールウ 牛乳 スキムミルク(乳児: 薄力粉) バター(牛乳)/切干大根 油揚げ 干し椎茸 人参	幼児 若布うどん ベビーチーズ	うどん 若布 長葱 鶏もも肉
			乳児 若布うどん ベビーチーズ	
6金	ごはん(きび入り) カジキの味噌マヨ焼き 小松菜の煮浸し 大根と人参の味噌汁	七分つき米 きび/カジキ マヨネーズ(卵なし)/小松菜 人参/大根 人参 長葱 油揚げ	幼児 フライドポテト リンゴジュース	じゃが芋 青のり (乳児: キャベツ ロースハム)
			乳児 フライドポテト キャベツスープ	
7土	ツナマヨトースト ブロッコリーソテー カンジャスープ いちご	食パン(乳・卵なし) マヨネーズ(卵なし) ツナ 玉葱/ブロッコリー 玉葱 ベーコン しめじ/鶏もも肉 にんにく 人参 玉葱 じゃが芋 セロリ チンゲン菜 七分つき米	幼児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ 牛乳	
			乳児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ(2歳~) 牛乳	
9月	たけのこごはん 鶏肉のみりん焼き 大根と人参の味噌煮 吉野汁 にゅうえんしき	七分つき米 たけのこ 油揚げ/鶏もも肉/大根 人参 豚もも肉 さやいんげん/豆腐 ほうれん草 えのき茸	幼児 スイートポテトモンブラン 市販クッキー 牛乳	さつま芋 バター 生クリーム 牛乳 (乳児: 春雨 チンゲン菜)
			乳児 スイートポテトモンブラン 市販クッキー 春雨スープ	
10火	おかかふりかけごはん 白身魚の唐揚げ 人参の炒り煮 かぶの味噌汁	七分つき米 あわ かつお節 白ごま 青のり/鰯/人参 白滝 白ごま/玉葱 かぶ かぶ菜	幼児 ジャム付きスコーン 牛乳	薄力粉 ベーキングパウダー バター 牛乳 ブルーベリージャム (乳児: おつゆ鮭 小松菜)
			乳児 ジャム付きスコーン 鮭と小松菜のすまし汁	
11水	煮込みうどん 大根のきんぴら 市販ゼリー	うどん 鶏もも肉 キャベツ ほうれん草 人参 長葱/大根 人参 さやいんげん	幼児 五目鶏めし 煮干しごまチップ お茶	七分つき米 鶏もも肉 人参 油揚げ/食ベ煮干し 白ごま (乳児: じゃが芋 玉葱)
			乳児 五目鶏めし 煮干しごまチップ(2歳~) じゃが芋の味噌汁	
12木	カレーピラフ 春キャベツと春雨のリテー かぶと鶏肉のスープ	七分つき米 カレー粉 豚もも肉 さやいんげん 人参 玉葱/キャベツ もやし 人参 ベーコン 春雨/かぶ かぶ菜 鶏もも肉	幼児 シュガートースト 清見柑 牛乳	食パン(乳・卵なし) 豆乳マーガリン (乳児: 小松菜 玉葱 ロースハム)
			乳児 シュガートースト 清見柑 小松菜のスープ	
13金	グリンピースごはん 味噌ハンバーグ ポテトアスパラソテー ほうれん草のすまし汁	七分つき米 もち米 グリンピース/豚挽肉 玉葱 パン粉 ケチャップ ウスターソース/アスパラガス じゃが芋 玉葱 ベーコン/若布 ほうれん草 長葱	幼児 スパゲッティナポリタン 牛乳	スパゲッティ ロースハム 玉葱 エリンギ にんにく トマトピューレ ケチャップ (乳児: えのき茸 チンゲン菜)
			乳児 スパゲッティナポリタン えのき茸のすまし汁	
14土	味噌煮込みうどん 肉じゃが ベビーチーズ いちご	うどん 鶏もも肉 キャベツ 人参 長葱 ほうれん草/じゃが芋 人参 豚もも肉 玉葱	幼児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ 牛乳	
			乳児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ 牛乳	
16月	ごはん(あわ入り) 鰯の西京焼き ナムル 沢煮椀	七分つき米 あわ/鰯 白味噌/ほうれん草 もやし 白ごま/豚もも肉 大根 ごぼう 人参 長葱	幼児 ポテトマヨネーズ焼き 食ベ煮干し 牛乳	じゃが芋 ウィンナー マヨネーズ(卵なし) (乳児: マカロニ さやいんげん 玉葱)
			乳児 ポテトマヨネーズ焼き 食ベ煮干し(2歳~) パスタスープ	
17火	チキンライス じゃが芋のそぼろ煮 春キャベツのスープ	七分つき米 ケチャップ 鶏もも肉 玉葱 エリンギ グリンピース/じゃが芋 人参 豚挽肉 玉葱 干し椎茸 グリンピース/キャベツ ロースハム チンゲン菜	幼児 キャロブクッキー いちご 牛乳	バター 牛乳 薄力粉 キャロブ粉 (乳児: 若布 長葱)
			乳児 キャロブクッキー いちご 若布のすまし汁	

18	水	カレーライス (乳児：ミルクカレー) 切干大根の煮物 飲むヨーグルト	七分つき米 押麦 豚もも肉 じゃが芋 玉葱 人参 にんにく りんご カレールウ 牛乳 スキ ムミルク(乳児：薄力粉 パター 牛乳)/切干大根 油揚げ 干し椎 茸 人参	幼児 若布うどん ベビーチーズ	うどん 若布 長葱 鶏 もも肉
19	木	なめ煮ごはん 鶏のつくね煮 さつま芋のきんぴら チンゲン菜の味噌汁	七分つき米 きび えのき茸/鶏挽 肉 生姜 長葱 パン粉/さつま芋 人参 さやいんげん/油揚げ 玉葱 チンゲン菜	幼児 パンのショートケーキ 牛乳	食パン(乳・卵なし) 毎 ジャム 苺 (乳児：人参 玉葱)
20	金	ごはん(きび入り) カジキの味噌マヨ焼き 小松菜の煮浸し 大根と人参の味噌汁	七分つき米 きび/カジキ マヨ ネーズ(卵なし)小松菜 人参/大 根 人参 長葱 油揚げ	幼児 フライドポテト リンゴジュース	じゃが芋 青のり (乳児：キャベツ ロース ハム)
21	土	ツナマヨトースト ブロッコリーソテー カンジャスー いちご	食パン(乳・卵なし) マヨネーズ (卵なし) ツナ 玉葱/ブロッコ リー 玉葱 ベーコン しめじ/鶏 もも肉 にんにく 人参 玉葱 じゃが芋 セロリ チンゲン菜 七分つき米	幼児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ 牛乳	
23	月	たけのこごはん 鶏肉のみりん焼き 大根と人参の味噌煮 吉野汁	七分つき米 たけのこ 油揚げ/鶏 もも肉/大根 人参 豚もも肉 さ やいんげん/豆腐 ほうれん草 え のき茸	幼児 スイートポテトモンブラン 市販クッキー 牛乳	さつま芋 パター 生ク リーム 牛乳 (乳児：春雨 チンゲン 菜)
24	火	おかかぶりかけごはん 白身魚の唐揚げ 人参の炒り煮 かぶの味噌汁	七分つき米 あわ かつお節 白 ごま 青のり/鰹/人参 白濁 白 ごま/玉葱 かぶ かぶ菜	幼児 ジャム付きスコーン 牛乳	薄力粉 ベーキングパウ ダー パター 牛乳 プ ルベリーのジャム (乳児：おつゆ 小松 菜)
25	水	煮込みうどん 大根のきんぴら 市販ゼリー	うどん 鶏もも肉 キャベツ ほ うれん草 人参 長葱/大根 人参 さやいんげん	幼児 五目鶏めし 煮干しごまチップ お茶	七分つき米 鶏もも肉 人参 油揚げ/食ベ煮干し 白ごま (乳児：じゃが芋 玉葱)
26	木	カレーピラフ 春キャベツと春雨のソテー かぶと鶏肉のスープ	七分つき米 カレー粉 豚もも肉 さやいんげん 人参 玉葱/キャベ ツ もやし 人参 ベーコン 春 雨/かぶ かぶ菜 鶏もも肉	幼児 シュガートースト 清見柑 牛乳	食パン(乳・卵なし) 豆 乳マーガリン (乳児：小松菜 玉葱 ロースハム)
27	金	グリーンピースごはん こいのぼりハンバーグ 新じゃがとアスパラの炒め物 若竹汁	七分つき米 もち米 グリーンピ ース/豚挽肉 玉葱 パン粉 人参 ケチャップ ウスターソース/ア スパガス じゃが芋 玉葱 ロー スハム/たけのこ 若布	幼児 スパゲッティナポリタン 牛乳	スパゲッティ ロースハ ム 玉葱 エリンギ に んにく トマトピューレ ケチャップ (乳児：えのき茸 チンゲ ン菜)
28	土	味噌煮込みうどん 肉じゃが ベビーチーズ いちご	うどん 鶏もも肉 キャベツ 人 参 長葱 ほうれん草/じゃが芋 人参 豚もも肉 玉葱	幼児 市販せんべい 市販クッキー 市販煮干しごまチップ 牛乳	

この日は
集会

	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
1~2才	509kcal	19.5g	16.0g	236mg	1.9mg	161μgRE	0.26mg	0.24mg	18mg	2.5g	3.5g
3~5才	584kcal	21.7g	17.7g	167mg	2.5mg	167μgRE	0.29mg	0.22mg	20mg	2.8g	4.4g

※献立は都合により変更する場合がございます。

※今年度より調味料についての記載を一部省略しています。ご了承ください。

【4月の献立のわらい】

- ①新入園児・在園児にとって食べやすく食べ慣れた献立にします。
- ②春野菜の出回る時期なので、旬のものを使った献立にします。

新入園
おめでとうございます
ご進級

日差しが暖かい陽気とともに、新年度がスタートします。
新しく入園した子ども達には、早く園の給食に慣れさせてあげたいし、進級した子ども達にはたく
と食べてもらいたいし、給食室職員みんながこ
心も込めておいしい給食を作りたいと
思います。1年間よろしくお願ひします。♡♡♡
栄養からは、春野菜のイセ、「おいしいウシ」と
いうお名前も発行しています。給食やおやつのレシピを
紹介や園での食育の森子ほど、食に関する情
報を提供しています。こちらをぜひご覧ください。

【旬の食材】

- 魚…ひらめ・ぶり・さより・かに・きんぎょ・あまだい・にしん
- 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・竹の子・アスパラ・グリーンピース
- 芋類…新じゃが芋
- 果物…いちご・夏みかん

園の給食は旬の食材を使っています

園の給食ではなるべくその季節に旬を迎えた
食材を取り入れています。今月は新玉葱や春
キャベツ、といった春野菜が登場します。たけ
のこは生のものを八百屋さんで下処理してもら
たものを、グリーンピースはさやえんどうのものを
冷凍品として使うのは、旨味を格別にお楽しみ
していただきます。毎日の給食から春を感じて
もらえるようにしたいと思います。