

＜4月給食予定献立表＞

致遠保育園

2022年4月1日（金）～2022年4月30日（土）

日	曜日	主食	献立名	赤：血や肉になるもの	緑：からだの調子を整えるもの	黄：力や体温となるもの	摂取エネルギー (kcal)	3歳未満児おやつ	3歳以上児おやつ
1	金	ごはん	(ごはん) シュリンプカレー ドレッシング和え パイン缶・お茶	むきえび、豚肉、牛乳 ロースハム、牛乳 ヤクルト	たまねぎ、にんじん グリーンピース、もやし きゅうり、スイートコーン パイン缶	こめ、じゃがいも サラダ油、 ごま醤油ドレッシング いちごシュークリーム	410 (589)	いちごシュークリーム 牛乳	いちごシュークリーム ヤクルト
2	土		アジアンにゅうめん イカリングフライ プリン	うすら卵、豚ひき肉 イカリングフライ、プリン 牛乳、乳酸菌飲料	こまつな、にんじん、ねぎ トマト	そうめん、ごま油 サラダ油	534 (580)	ミニドーナツ バーベQスナック 乳酸菌飲料	ミニドーナツ バーベQスナック 乳酸菌飲料
4	月	ごはん	(ごはん) さばの竜田揚げ グリーンサラダ・チーズ納豆 みそ汁・オレンジ	骨取りさば、ロースハム 納豆、サラダチーズ 牛乳、カフェオレ	トマト、きゃべつ、きゅうり オクラ、しめじ、葉だいこん オレンジ	こめ、サラダ油、三温糖 じゃがいも	539 (674)	アスパラガスビスケット 味しらべ 牛乳	アスパラガスビスケット 味しらべ カフェオレ
5	火	ごはん	(ごはん) 豆腐とツナの卵とじ ブロッコリーソテー みそ汁・りんごゼリー	たまご、絹ごし豆腐 シーチキン、豚ベーコン 牛乳、飲むヨーグルト	たまねぎ、にんじん、グリーンピース ブロッコリー、マッシュルーム スイートコーン、ほうれん草 りんごゼリー	こめ、三温糖、サラダ油 板ふ、カステラ	380 (566)	カステラ 牛乳	カステラ 飲むヨーグルト
6	水	ごはん	(ごはん) 鶏肉のマーマレード焼き さつまいもサラダ はるさめスープ・バナナ	鶏肉、魚肉ソーセージ 牛乳	トマト、きゅうり もうそう、にんじん 黒きくらげ、バナナ	こめ、マーマレード サラダ油、さつまいも マヨネーズ、はるさめ	567 (674)	サラダうす焼き バタークッキー 牛乳	サラダうす焼き バタークッキー 牛乳
7	木	ごはん	(ごはん) チーズコロッケ おおか和え・しその実わかめ みそ汁・ブルーヨーグルト	スライスかまぼこ かつお節、油揚げ ブルーヨーグルト 牛乳	レタス、チンゲン菜 にんじん、もやし	こめ、チーズクノートル サラダ油、三温糖	437 (544)	コーンポタージュ 北の卵サブレ 牛乳	コーンポタージュ 北の卵サブレ 牛乳
8	金	ごはん	(ごはん) せんべい汁 もろこし焼き フルーツポンチ	鶏肉、高野豆腐 もろこし焼き、牛乳 ヤクルト	だいこん、はくさい にんじん、ごぼう、えのきたけ ねぎ、ブロッコリー フルーツカクテル缶	こめ、せんべい 糸こんにゃく、サラダ油 マヨネーズ	361 (540)	ホワイトロリータ こつぶっこ 牛乳	ホワイトロリータ こつぶっこ ヤクルト
9	土	パン	(パン) クリームシチュー シャキシャキサラダ ぶどうゼリー・お茶	鶏肉、牛乳 かにかまぼこ 乳酸菌飲料	たまねぎ、にんじん グリーンピース だいこん、みずな ぶどうゼリー	バターロール じゃがいも、サラダ油 三温糖	424 (545)	さっぱり塩味 ルヴァン 乳酸菌飲料	さっぱり塩味 ルヴァン 乳酸菌飲料
11	月	ごはん	(わかめごはん) 鮭のムニエル ひじきの炒め煮 みそ汁・バナナ	骨なし秋鮭、芽ひじき さつま揚げ、高野豆腐 カフェオレ、牛乳	レタス、にんじん いんげん、ほうれん草 バナナ	こめ、バター、サラダ油 しらたき、三温糖	381 (517)	ポテコ ミニバームロール 牛乳	ポテコ ミニバームロール カフェオレ
12	火	ごはん	(ごはん) 麻婆豆腐 中華サラダ もずくスープ・パイン	絹ごし豆腐、豚ひき肉 かにかまぼこ、もずく 牛乳、飲むヨーグルト	たまねぎ、にんじん ねぎ、はくさい きゅうり、えのきたけ ねぎ、パイン	こめ、サラダ油、ごま油 三温糖、白いりごま チーズ蒸しケーキ	293 (479)	チーズ蒸しケーキ 牛乳	チーズ蒸しケーキ 飲むヨーグルト
13	水	ごはん	(ごはん) あぶり焼きチキン 豆たっぷりサラダ たまご、牛乳	あぶり焼きチキン 豆たっぷりサラダ たまご、牛乳	レタス、糸みつば アセロラゼリー	こめ、サラダ油、三温糖 さつまいも、マヨネーズ	526 (633)	ベジタベる 源氏パイ 牛乳	ベジタベる 源氏パイ 牛乳
14	木	ごはん	(ごはん) サラダステーキ ジャーマンポテト みそ汁・みかん缶	サラダステーキ、豚ベーコン 絹ごし豆腐、牛乳	にんじん、たまねぎ 葉だいこん、みかん缶	こめ、三温糖、サラダ油 じゃがいも 食パン、ピーナッツクリーム	517 (624)	★ピーナッツサンド 牛乳	★ピーナッツサンド 牛乳
15	金	ごはん	(ごはん) まぐろカツ 胡麻ドレッシングサラダ みそ汁・りんごのコンポート	まぐろカツ、ロースハム 油揚げ、調整豆乳 牛乳、ヤクルト	トマト、もやし 黄ピーマン、みずな こまつな、フレッシュアップル	こめ、サラダ油 焙煎胡麻ドレッシング じゃがいも	439 (618)	チーズビット ハーベスト 牛乳	チーズビット ハーベスト ヤクルト
16	土		塩ラーメン 蒸しぎょうざ マンゴープリン	たまご、豚肉 なると、水餃子 マンゴープリン 牛乳、乳酸菌飲料	きゃべつ、にんじん 黒きくらげ、万能ねぎ レタス	中華めん、サラダ油	413 (459)	ウエハース ミニゼリー 乳酸菌飲料	ウエハース ミニゼリー 乳酸菌飲料
18	月	ごはん	(ごはん) 牛肉コロッケ だいこんサラダ・カルシウム納豆 漬汁・バナナ	納豆、しらす干し 卵豆腐、牛乳 カフェオレ	トマト、だいこん にんじん、レタス こまつな、干しいたけ みずな、バナナ	こめ、牛肉コロッケ、サラダ油 ごま醤油ドレッシング ダブルサンド	504 (639)	ダブルサンド 牛乳	ダブルサンド カフェオレ
19	火		ミニカニパン エッグハンバーグ えびグラタン コンソメスープ・ヨーグルト	ハンバーグ 目玉焼き風まるオムレツ わかめ、豚ベーコン ヨーグルト、牛乳	プチトマト、たまねぎ ぶどうジュース	ミニカニパン、サラダ油 えびグラタン、ケーキ	721 (767)	ケーキ ぶどうジュース	ケーキ ぶどうジュース
20	水	ごはん	(ごはん) ひき肉カレー リャンサンスー ゼリーポンチ・お茶	豚ひき肉、牛乳 かにかまぼこ	たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゅうり あわせるゼリー 黄桃缶、パイン缶	こめ、じゃがいも サラダ油、はるさめ ごま油、三温糖、白いりごま	616 (723)	ぼたぼた焼き エントリー 牛乳	ぼたぼた焼き エントリー 牛乳
21	木	ごはん	(ごはん) さんまのりんご煮 ロースハム、油揚げ 切干大根サラダ みそ汁・洋梨缶	柔らかさんまのりんご煮 ロースハム、油揚げ 牛乳、かつお節	レタス、切干大根 きゅうり、スイートコーン スナップエンドウ 洋梨缶	こめ、マヨネーズ、三温糖 サラダ油、たこ焼き	489 (552)	★揚げたこやき 牛乳	★揚げたこやき 牛乳
22	金	ごはん	(ごはん) 鶏の唐揚げ フレンチサラダ かき玉スープ・オレンジ	鶏肉、魚肉ソーセージ たまご、牛乳 ヤクルト	プチトマト、ブロッコリー 黄ピーマン、ほうれん草 しめじ、オレンジ	こめ、三温糖、サラダ油	385 (564)	星たべよ アンパンマンビスケット 牛乳	星たべよ アンパンマンビスケット ヤクルト
23	土		参観日						
25	月	ごはん	(ごはん) 赤魚の塩麹焼き 塩昆布和え みそ汁・黄桃缶	骨取り赤魚、スライスかまぼこ 塩昆布、油揚げ 牛乳、カフェオレ	レタス、はくさい、にんじん むき枝豆、たまねぎ えのきたけ、黄桃缶	こめ、サラダ油、ごま油 三温糖、ミニメロンパン	316 (451)	ミニメロンパン 牛乳	ミニメロンパン カフェオレ
26	火	ごはん	(ごはん) プレーンオムレツ カラフルサラダ・納豆 みそ汁・オレンジ	プレーンオムレツ ロースハム、納豆 カラフルサラダ、牛乳 飲むヨーグルト	にんじん、ブロッコリー スイートコーン、もやし 葉だいこん、オレンジ	こめ、バター、三温糖 ずりおろしオニオンドレッシング ストリングポテト、サラダ油	385 (571)	★のり塩ポテト 牛乳	★のり塩ポテト 飲むヨーグルト
27	水	ごはん	(ごはん) スタミナ焼き肉 コールスロー みそ汁・バナナ	豚肉、かにかまぼこ わかめ、牛乳	たまねぎ、ピーマン 赤ピーマン、きゃべつ きゅうり、だいこん バナナ	こめ、サラダ油 マヨネーズ、三温糖	517 (624)	パニラロアンヌ 牛乳	パニラロアンヌ 牛乳
28	木	ごはん	(ごはん) 五目豆腐 ごまごま みそ汁・パイン缶	絹ごし豆腐、鶏肉 ちくわ、牛乳	もうそう、にんじん 干しいたけ、絹さや こまつな、ねぎ パイン缶	こめ、サラダ油、三温糖 ごま油、白すりごま じゃがいも	475 (582)	ポテトチップス ビスコ 牛乳	ポテトチップス ビスコ 牛乳
30	土		ミートソーススパゲティ わかめスープ ミルクプリン	ミートソース、粉チーズ 絹ごし豆腐、わかめ ミルクプリン、牛乳 乳酸菌飲料	しめじ	スパゲティ、サラダ油	479 (525)	カスタードケーキ 乳酸菌飲料	カスタードケーキ 乳酸菌飲料

作成 (株) 栄研 / 栄養管理課

献立の内容は変更になることがあります。
19日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。
★マークがついているおやつは手作りです。
3歳未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。
()は3歳未満児の主食及びエネルギー表示となっております。

