

令和 6 年

4月 給食献立表

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	ご飯 鶏肉のマーマレード煮 パゲティサラダ 具たくさん味噌汁	朝 牛乳 朝 バナナ 牛乳 人参のケーキ	鶏もも・ロースハム・絹ごし豆腐・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳・鶏卵	ご飯・薄力粉・調合油・マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ・さといも・ホットケーキミックス・無塩バター・三温糖	キャベツ・きゅうり・にんじん・だいこん・えのきたけ・青ねぎ
2 火	ちらし寿司 南瓜甘煮 豚汁 パプリカの金平	朝 牛乳 朝 りんご 牛乳 りんご お菓子	凍り豆腐・鶏卵・ぶたばら・絹ごし豆腐・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	精白米・三温糖・調合油・ビスケット・しょうゆせんべい	にんじん・れんこん・グリーンピース・乾しいたけ・かぼちゃ・ゆでごぼう・赤ピーマン・黄ピーマン・だいこん・青ねぎ・りんご
3 水	ご飯 鯖の生煮え 千切んとん汁 煮つま芋煮	朝 牛乳 朝 オレンジ 牛乳 ジャムサンド	さば・油揚げ・若鶏もも・絹ごし豆腐・普通牛乳	ご飯・三温糖・さつまいも・冷凍さといも・調合油・食パン	葉しょうが・切干しだいこん・にんじん・だいこん・ゆでごぼう・こまつな・いちごジャム
4 木	ビーフカレー チキンナゲット キャベツの甘酢あえ	朝 牛乳 朝 キウイ 牛乳 キウイ お菓子	牛かた・チキンナゲット・かにかまぼこ・普通牛乳	精白米・じゃがいも・調合油・三温糖・ビスケット・しょうゆせんべい	たまねぎ・にんじん・しょうが・キャベツ・にんじん・カットわかめ・ゴールドンキウイ
5 金	ご飯 麻婆豆腐 ほうれん草と竹輪のツナマヨ和え 中華スープ	朝 牛乳 朝 バナナ 牛乳 ちぢみ	絹ごし豆腐・ぶたひき肉・赤色辛みそ・焼き竹輪・かつお油漬缶詰・ショルダーベーコン・普通牛乳・ぶたばら・鶏卵	ご飯・三温糖・片栗粉・マヨネーズ・いりごま・はるさめ・調合油・薄力粉	にんじん・長ねぎ・葉しょうが・ほうれんそう・たまねぎ・チンゲンサイ・ゆで冷凍スイートコーン・にら
8 月	ご飯 牛肉スタミナ炒め 南瓜サラダ コーンスープ	朝 牛乳 朝 りんご 牛乳 ウインナーパン	牛かた・ロースハム・普通牛乳・鶏卵・ウインナーソーセージ	ご飯・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・ホットケーキミックス	たまねぎ・青ピーマン・黄ピーマン・にんじん・くりかぼちゃ・きゅうり・ゆで冷凍スイートコーン・冷凍コーン・トマトケチャップ
9 火	ご飯 肉じゃが ウインナー炒め ひじきのサラダ 大根の味噌汁	朝 牛乳 朝 オレンジ 牛乳 オレンジ お菓子	牛もも(赤肉)・ウインナーソーセージ・ショルダーベーコン・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳	ご飯・じゃがいも・しらたき・三温糖・調合油・マヨネーズ・ビスケット・しょうゆせんべい	たまねぎ・にんじん・乾ひじき・ゆでごぼう・赤ピーマン・黄ピーマン・だいこん・えのきたけ・ほうれんそう・青ねぎ・オレンジ
10 水	豆ごはん 鯖のネギ味噌焼き ごぼうと蓮根の金平 わかめサラダ 小芋と小松菜の味噌汁	朝 牛乳 朝 キウイ 牛乳 お好み焼き	さわら・甘みそ・かつお油漬缶詰・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳・ぶたばら・焼き竹輪・鶏卵	ご飯・三温糖・じゃがいも・調合油・マヨネーズ・冷凍さといも・薄力粉	グリーンピース・青ねぎ・ゆでごぼう・れんこん・にんじん・カットわかめ・キャベツ・きゅうり・冷凍コーン・こまつな・なめこ
11 木	ご飯 鶏の竜田揚げ マカロニサラダ 豆乳スープ	朝 牛乳 朝 バナナ 牛乳 バナナ お菓子	若鶏もも・ロースハム・ショルダーベーコン・調整豆乳・普通牛乳	ご飯・片栗粉・調合油・マカロニ・スパゲッティ・マヨネーズ・ビスケット・しょうゆせんべい	葉しょうが・にんじん・きゅうり・キャベツ・かぼちゃ・たまねぎ・バナナ
12 金	えびピラフ 春巻きサラダ 野菜クリームシチュー	朝 牛乳 朝 りんご 牛乳 焼き芋	ブラックタイガー・ロースハム・ぶたかた(脂身)・普通牛乳	ご飯・無塩バター・調合油・和風ドレッシングタイプ・じゃがいも・さつまいも	たまねぎ・冷凍ミックスベジタブル・ブロッコリー・にんじん・キャベツ・きゅうり
15 月	チキンライス コロッケ 春雨の酢もの じゃが芋と青梗菜のスープ	朝 牛乳 朝 オレンジ 牛乳 トッピングケーキ	若鶏もも・ロースハム・普通牛乳・ホイップクリーム	精白米・調合油・はるさめ・三温糖・じゃがいも・いりごま・カステラ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・冷凍コーン・トマトケチャップ・きゅうり・カットわかめ・キャベツ・チンゲンサイ・りよくとうもろやし・みかん缶詰・パインアップル缶詰
16 火	ご飯 チンジャオロース 千切り大根のサラダ ワンタンスープ	朝 牛乳 朝 キウイ 牛乳 キウイ お菓子	ぶたもも・かにかまぼこ・ぶたひき肉・普通牛乳	ご飯・片栗粉・三温糖・ぎょうざの皮・調合油・ビスケット・しょうゆせんべい	青ピーマン・ゆでたけのこ・赤ピーマン・切干しだいこん・きゅうり・にんじん・たまねぎ・こまつな・ゴールドンキウイ
17 水	ご飯 赤魚の煮つけ ひじきのマリネ 鶏団子と白菜スープ	朝 牛乳 朝 バナナ 牛乳 ピザトースト	ロースハム・とりつくね・普通牛乳・ショルダーベーコン・バルメザンチーズ	ご飯・三温糖・調合油・食パン	しょうが・乾ひじき・にんじん・きゅうり・はくさい・たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA (1ナノル当量:RE)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
613 Kcal	25.3 g	27.7 g	268 mg	2.1 mg	229 μg	0.38 mg	0.48 mg	38 mg

令和 6 年

4月 給食献立表

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18 木	ハヤシライス チーズボール 大根サラダ	朝 牛乳 朝 りんご 朝 牛乳 朝 りんご お菓子	牛かたロール・かつお油漬缶詰・普通牛乳	精白米・じゃがいも・調合油・マヨネーズ・ビスケット・しょうゆせんべい	たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・だいこん・きゅうり・りんご
19 金	ご飯 鮭のフライ シウマイ 南瓜サラダ 春雨スープ	朝 牛乳 朝 オレンジ 朝 牛乳 人参ご飯のおにぎり	さけ・鶏卵・ロースハム・シヨルダーベーコン・普通牛乳	ご飯・天ぷら粉・パン粉・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・緑豆はるさめ	くりかぼちゃ・きゅうり・にんじん・生しいたけ・たまねぎ・冷凍コーン
22 月	ご飯 鶏の照り焼き じゃが芋の味噌汁 厚揚げの味	朝 牛乳 朝 キウイ 朝 牛乳 お好み焼きパン	若鶏もも・焼き竹輪・生揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳・鶏卵・ウインナーソーセージ・かつお節	ご飯・調合油・三温糖・片栗粉・じゃがいも・ホットケーキミックス・マヨネーズ	にんじん・たまねぎ・青ねぎ・キャベツ・あおのり
23 火	ご飯 ミグラスハンバーグ ポテトサラダ ほうれん草の味噌汁	朝 牛乳 朝 バナナ 朝 牛乳 お菓子 キャンディチーズ	牛ひき肉・ぶたひき肉・木綿豆腐・鶏卵・普通牛乳・ロースハム・絹ごし豆腐・油揚げ・淡色辛みそ・プロセスチーズ	ご飯・パン粉・調合油・じゃがいも・マヨネーズ・ビスケット・しょうゆせんべい	たまねぎ・ぶなしめじ・生しいたけ・トマトケチャップ・にんじん・きゅうり・ほうれんそう・青ねぎ
24 水	ご飯 鱈のゴマ味噌焼き ウインナーソーテー 蟹かまの酢の物 さつま芋とキャベツの味噌汁	朝 牛乳 朝 りんご 朝 牛乳 パイナップルのケーキ	すけとうだら・淡色辛みそ・ウインナーソーセージ・かにかまぼこ・油揚げ・普通牛乳・鶏卵	ご飯・いりごま・三温糖・調合油・さつまいも・ホットケーキミックス・無塩バター	たまねぎ・ゆで冷凍スイートコーン・きゅうり・カットわかめ・キャベツ・こまつな・まいたけ・パンアップル缶詰
25 木	ご飯 南瓜のミートグラタン チキンナゲット ツナサラダ 豆腐ともやしの味噌汁	朝 牛乳 朝 オレンジ 朝 牛乳 朝 オレンジ お菓子	ぶたひき肉・チキンナゲット・かつお油漬缶詰・絹ごし豆腐・淡色辛みそ・普通牛乳	ご飯・無塩バター・調合油・薄力粉・マヨネーズ・ビスケット・しょうゆせんべい	くりかぼちゃ・にんじん・たまねぎ・トマトケチャップ・キャベツ・きゅうり・冷凍コーン・りよくとうもろやし・チンゲンサイ・オレンジ
26 金	中華おこわ ほうれん草とコーン炒め 焼き餃子 もやし中華和え 玉葱の味噌汁	朝 牛乳 朝 キウイ 朝 牛乳 フルーツヨーグルト	ぶたばら・ウインナーソーセージ・焼き豚・絹ごし豆腐・油揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳・プレーンヨーグルト	ご飯・もち米ご飯・三温糖・調合油・ごま油・いりごま・板ふ	にんじん・ゆで生ぜんまい・はでごぼう・ほうれんそう・りよくとうもろやし・冷凍コーン・チンゲンサイ・たまねぎ・青ねぎ・みかん缶詰・バナナ・りんご
30 火	かやくご飯 きつねうどん チーズササミフライ 豆苗おひたし	朝 牛乳 朝 バナナ 朝 牛乳 朝 バナナ お菓子	若鶏もも・油揚げ・かつお油漬缶詰・普通牛乳	ご飯・うどん・三温糖・調合油・ビスケット・しょうゆせんべい	にんじん・乾しいたけ・ほうれんそう・青ねぎ・トウモロコシ・りよくとうもろやし・バナナ

★土曜日 おにぎり・総菜パン・菓子パン

★月・水・金曜日 手作りおやつ

★都合により、献立内容が変更になる場合がございます。

【ひと言】 ご入園、ご進級おめでとうございます。

花々が咲きほこる季節の中、新年度がスタートしました。楽しい園生活を送るためには、健康第一です。毎日元気に過ごせるよう、早寝早起きを心がけ、朝ご飯をしっかりと食べて登園しましょう。そして、みんなで仲良く楽しい給食時間を過ごしましょう。