

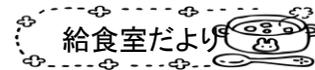
4月 幼児予定献立表

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 土	ピラフ 野菜スープ りんご	七分米/サラダ油/せんべい	ウィンナー/牛乳	玉葱/にんじん/キャベツ/スイートコーン缶/りんご	牛乳 お菓子
3 月	バリバリ巻巻き丼 わかめスープ フルーツミルクかん	七分米/緑豆はるさめ/ごま油/砂糖/ワタンの皮/サラダ油/ごま/片栗粉	豚ひき肉/乾燥わかめ/牛乳/調製豆乳/きな粉	白ねぎ/ピーマン/赤ピーマン/にんじん/えのきたけ/にんにく/小松菜/しょうが/みかん缶詰	牛乳 豆乳もち
4 火	炊き込みご飯 焼きししゃも いじきの煮物 味噌汁(じゃが芋・玉葱)	七分米/砂糖/サラダ油/じゃがいも/ぎょうざの皮/有塩バター	鶏むね(皮付、生)/大豆/ししゃも/干ひじき/豚中型も(赤肉、生)/高野豆腐/味噌/牛乳/クリームチーズ	ごぼう/にんじん/いんげん/玉葱/りんご	牛乳 りんごピザ
5 水	麦ご飯 野菜のかき揚げ 肉味噌納豆 すまし汁(わか/小松菜)	七分米/押麦/じゃがいも/小麦粉/片栗粉/サラダ油/切麩/砂糖/クラックカー	挽きわり納豆/豚ひき肉/味噌/牛乳/プレーンヨーグルト/クリーム(乳脂肪)	スイートコーン缶/玉葱/にんじん/白ねぎ/えのきたけ/小松菜/いちごジャム	牛乳 イチゴのフルクラッカー
6 木	麦ご飯 切干大根の青椒肉絲 野菜のレモン和え 春雨スープ	七分米/押麦/ごま油/片栗粉/緑豆はるさめ/食パン/マヨネーズ/ごま(乾)	豚大型も(脂身、生)/牛乳/しらす干し/あおのり(素干し)	切干大根/しょうが/赤ピーマン/ピーマン/にんじん/エリンギ(生)/キャベツ/もやし/小松菜/レモン汁/玉葱	牛乳 カルシウムラスク
7 金	手作りボーケカレー 3色ピクルス(大根) カルシウムヨーグルト	七分米/サラダ油/じゃがいも/有塩バター/小麦粉/砂糖/マヨネーズ	豚大型も(赤肉、生)/レンズまめ(全粒、乾)/かぼち/トマト缶/牛乳/木綿豆腐/ツナ缶	しょうが/玉葱/にんじん/トマト缶/ホル/きゅうり/大根/レモン汁	牛乳 豆腐ナゲット
8 土	豚丼 田舎汁 オレンジ	七分米/サラダ油/しらす/砂糖/じゃがいも/クラッカー	豚大型も(脂身、生)/鶏むね(皮付、生)/絹ごし豆腐/味噌/牛乳	にんにく/玉葱/いんげん/にんじん/パプリカ/レタ/いちごジャム	牛乳 お菓子
10 月	麦ご飯 鶏肉のごま焼き マカロニサラダ 味噌汁(じゃが芋)	七分米/押麦/ごま/マカロニ(乾)/マヨネーズ/じゃがいも/片栗粉/砂糖	鶏肉もも(皮付、生)/ツナ缶/味噌/牛乳/調製豆乳/きな粉	しょうが/きゅうり/にんじん/玉葱/レモン汁/キャベツ	牛乳 ココアくずもち
11 火	具沢山ママー豆腐丼 春キャベツの塩昆布あえ 豆腐と小松菜のスープ フルーン	七分米/砂糖/片栗粉/ごま油/じゃがいも/小麦粉/サラダ油/パン粉	豚ひき肉/木綿豆腐/味噌/塩昆布/絹ごし豆腐/牛乳	しょうが/にんにく/白ねぎ/塩昆布/えのきたけ/にら/キャベツ/小松菜/フルーン(乾)	牛乳 ポテトフライ
12 水	麦ご飯 サーモンフライ コールスロー カブと春雨スープ	七分米/押麦/小麦粉/パン粉/サラダ油/砂糖/マヨネーズ/緑豆はるさめ/片栗粉/ごま油/ホットケーキミックス/有塩バター	銀鮭/牛乳/木綿豆腐	キャベツ/にんじん/スイートコーン缶/かぶ(根、皮つき、生)/エリンギ(生)/バナナ	牛乳 バナナケーキ
13 木	麦ご飯 高野豆腐の印籠煮 しらすふりかけ もやしと油揚げの和え物 味噌汁(かぼち・玉葱)	七分米/押麦/片栗粉/砂糖/ごま/ごま油/切麩/有塩バター/グラニュー糖	高野豆腐/豚ひき肉/干ひじき/木綿豆腐/しらす(生)/油揚げ/味噌/牛乳	しょうが/もやし/かぼち/玉葱	牛乳 ココアお麩ラスク
14 金	麦ご飯 がんとどきあんかけ 野菜の味噌和え すまし汁(油揚げ・小松菜)	七分米/押麦/片栗粉/サラダ油/砂糖/ごま/ごま油/さつまいも	木綿豆腐/鶏ひき肉(生)/干ひじき/牛乳/焼きのり/鶏むね(皮付、生)/プロセスチーズ	白ねぎ/にんじん/キャベツ/小松菜	牛乳 ふかしもち チーズ
15 土	ごきつねご飯 豚汁 バナナ	七分米/砂糖/ソフトビスケット	鶏むね(皮付、生)/油揚げ/豚大型もも(脂身付、生)/絹ごし豆腐/味噌/牛乳	にんじん/大根/玉葱/バナナ	牛乳 お菓子
17 月	ハヤシライス コマツナ和え オレンジ	七分米/サラダ油/マヨネーズ/砂糖	豚大型もも(赤肉、生)/牛乳/ツナ缶/調製豆乳/クリーム(乳脂肪)	玉葱/にんじん/グリーンピース/小松菜/パプリカ/レタ	牛乳 ココアプリン
18 火	麦ご飯 鱈の醤油焼き 鉄骨サラダ けんちん汁	七分米/押麦/砂糖/マヨネーズ/ごま油/小麦粉/有塩バター	まきば(生)/干ひじき/大豆/鶏むね(皮付、生)/木綿豆腐/油揚げ/牛乳	もやし/きゅうり/にんじん/スイートコーン缶/大根/フルーン(乾)/バナナ	牛乳 バナナブルースコーン

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19 水	麦ご飯 レバカツ かぶとツナサラダ 味噌汁(小松菜・切麩)	七分米/押麦/片栗粉/小麦粉/パン粉/サラダ油/ごま油/砂糖/マヨネーズ/切麩/じゃがいも/有塩バター	鶏肝臓(生)/ツナ缶/味噌/牛乳/あおのり(素干し)	かぶ/にんにく/小松菜	牛乳 じゃがバター
20 木	焼肉丼 中華きゅうり 中華風コンソープ	七分米/砂糖/ごま/ごま油/片栗粉/さつまいも/水あめ/サラダ油	豚大型もも(脂身付、生)/牛乳	玉葱/りんご/しょうが/にんにく/きゅうり/スイートコーン缶/クリームコーン缶	牛乳 大学芋
21 金	麦ご飯 じゃがいもの味噌炒め 星の子元氣ふりかけ 大根とわかめの和え物 すまし汁(油揚げ・小松菜)	七分米/押麦/じゃがいも/サラダ油/砂糖/片栗粉/ごま/ごま油/ホットケーキミックス	豚ひき肉/生揚げ/味噌/干ひじき/しらす干し/乾燥わかめ/木綿豆腐/鶏むね(皮付、生)/牛乳	キャベツ/にんじん/しょうが/グリーンピース/小松菜/大根	牛乳 ココア蒸しパン
22 土	いじきご飯 けんちん汁 りんご	七分米/押麦/ごま油/せんべい	鶏肉もも(皮付、生)/干ひじき/油揚げ/鶏むね(皮付、生)/木綿豆腐/油揚げ/牛乳	にんじん/いんげん/大根/りんご	牛乳 お菓子
24 月	麦ご飯 愛わり五目豆 小松菜のマヨ和え 味噌汁(わか/納豆)	七分米/押麦/じゃがいも/サラダ油/砂糖/マヨネーズ	大豆/豚大型もも(脂身付、生)/挽きわり納豆/乾燥わかめ/味噌/牛乳/きな粉	にんじん/いんげん/小松菜/えのきたけ/バナナ	牛乳 安倍川バナナ
25 火	サバとトマトのスパゲティ チーズサラダ コンソメスープ フルーン	スパゲティ(乾)/サラダ油/有塩バター/砂糖/七分米	さば(缶詰、水煮)/プロセスチーズ/豚大型もも(脂身付、生)	にんにく/玉葱/トマト缶/ホール/いんげん/きゅうり/にんじん/キャベツ/ブルーネ(乾)/赤ピーマン/ピーマン/白ねぎ	麦茶 チャーハン
26 水	タコライス 豆乳コンソープ オレンジ	七分米/サラダ油/ぎょうざの皮	豚ひき肉/レンズまめ(全粒、乾)/パルメザンチーズ/豚大型もも(脂身付、生)/調製豆乳/牛乳/ツナ缶	にんにく/玉葱/にんじん/キャベツ/トマト(生)/小松菜/クリームコーン缶/パプリカ/レタ/赤ピーマン/ピーマン/スイートコーン缶	牛乳 餃子ピザ
27 木	麦ご飯 塩麩の唐揚げ 春キャベツの味噌和え ベーコンスープ	七分米/押麦/片栗粉/小麦粉/サラダ油/マヨネーズ/砂糖/ホットケーキミックス/有塩バター/粉糖	鶏むね(皮付、生)/焼き竹輪/味噌/豚ベーコン/牛乳/調製豆乳/クリーム(乳脂肪)	しょうが/にんにく/キャベツ/いんげん/かぶ(根、皮つき、生)/玉葱/りんご/レモン汁	牛乳 誕生日ケーキ
28 金	麦ご飯 和風ミートローフ きゅうりの甘酢漬け すまし汁(わかめ・エノキ)	七分米/押麦/砂糖/食パン/有塩バター	豚ひき肉/木綿豆腐/干ひじき/乾燥わかめ/牛乳/きな粉	玉葱/にんじん/赤ピーマン/スイートコーン缶/グリーンピース/きゅうり/えのきたけ	牛乳 きな粉トースト

月 平均 栄養 価	乳 児				
	幼児	エネルギー: 458	タンパク質(g): 21.4	脂質(g): 14.4	カルシウム(mg): 345 塩分: 1.4
	幼児	エネルギー: 518	タンパク質(g): 22.0	脂質(g): 16.7	カルシウム(mg): 264 塩分: 1.5

★午前のおやつは、牛乳です。ひかり組・にじ組のみとなります。
 ★材料の仕入れの都合により、献立を変更することがあります。
 ★補食のおにぎりは、幼児80g、乳児60gです(ゆかり、わかめ、青菜、ごま、塩昆布のローテーションになります。)
 ★土曜日の給食については、本園での提供となります。



ご入園・ご進級おめでとうございます

原町星の子保育園では、毎日おいしく安全な給食を園児に提供しております。成長に合わせた栄養を摂ることはもちろん、楽しい雰囲気の中で食事をすることで、子ども達が「食」を楽しみ、大切に作る心も育てる「食育」も重視しています。給食では季節に合わせて旬の食材を取り入れ、お米や味噌は生産者が見える山形県の「庄内産直センター」から取り寄せたものを使用しています。子ども達が食材に触れ、味わい、食べる楽しさを、給食と食育を通じて感じてもらえたらと思います。