

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		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 バナナ	七分つき米/サラダ油	ウインナーソーセージ/鶏肉むね/牛乳	スイートポテト/人参/キャベツ/ブロッコリー(花序、生)/バナナ(生)	牛乳 お菓子
3 月	七分米 豚肉と厚揚げの炒め煮 大根の甘酢和え 味噌汁	七分つき米/押麦/ジャガイモ/サラダ油/砂糖/かつおミックス/食塩不使用バター/なたね油	生揚げ/豚モモ肉/米みそ/牛乳/調製豆乳	人参/グリーンピース(冷凍)/大根/小松菜/人参	牛乳 ココアケーキ
4 火	バリバリ春巻丼 中華スープ ミルク豆腐かん	七分つき米/押麦/ごま油/春雨(乾)/砂糖/サラダ油/わんたんの皮/ごま(いり)/小麦粉/食塩不使用バター	豚ひき肉(生)/乾燥わかめ(素干し)/調製豆乳/牛乳	にんにく/青ピーマン/人参/えのきたけ/長ねぎ/人参/レーズン	牛乳 レーズン入りスコーン
5 水	ハヤシライス フレンチサラダ オレンジ	七分つき米/押麦/サラダ油/砂糖/サツマイモ	豚モモ肉/牛乳	人参/人参/にんにく/グリーンピース(冷凍)/キャベツ/もやし/きゅうり/パプリカ	牛乳 ソフトアイス
6 木	七分米 チキンカツ キャベツの和え物 野菜スープ	七分つき米/押麦/小麦粉/パン粉(乾燥)/サラダ油/ごま(いり)/ごま油/ジャガイモ/砂糖	鶏肉むね/牛乳/粉寒天	キャベツ/きゅうり/人参/パプリカ/ズッキーナ(ストロゾス)	牛乳 オレンジゼリー
7 金	七分米 タンドリーチキン じゃが芋のソー コーンスープ	七分つき米/押麦/サラダ油/ジャガイモ/食塩不使用バター/かつおミックス/砂糖	鶏若鶏肉もも(皮付、生)/ヨーグルト/調製豆乳/牛乳	にんにく/しょうが/スイートポテト/パセリ(葉、生)/人参/小松菜/スイートポテト/レーズン	牛乳 豆乳蒸しパン
8 土	豚丼 田舎汁 オレンジ	七分つき米/サラダ油/しらす/砂糖/ジャガイモ	豚モモ肉/鶏肉むね/絹ごし豆腐/米みそ/牛乳	にんにく/人参/いんげん/人参/パプリカ	牛乳 お菓子
10 月	七分米 肉じゃが 胡瓜の甘酢和え 味噌汁	七分つき米/押麦/サラダ油/ジャガイモ/砂糖/片栗粉/焼きふ/小麦粉/ごま(いり)/食塩不使用バター/なたね油	鶏肉むね/米みそ/牛乳	人参/人参/グリーンピース(冷凍)/きゅうり/大根	牛乳 セサミクッキー
11 火	七分米 サバ焼 五豆 すまし汁	七分つき米/押麦/サラダ油/ジャガイモ/砂糖/ごま(乾)	まさば(生)/大豆(国産、乾)/早煮昆布/油揚げ(生)/花巻/牛乳	人参/いんげん/人参	麦茶 きつねおにぎり
12 水	真沢山マーボー豆腐丼 三色ナムル 中華スープ	七分つき米/押麦/砂糖/片栗粉/ごま油/ごま(いり)/ジャガイモ/小麦粉/サラダ油/パン粉(乾燥)	豚ひき肉(生)/木綿豆腐/米みそ/乾燥わかめ(素干し)/牛乳	しょうが/にんにく/長ねぎ/人参/えのきたけ/にら/小松菜/もやし	牛乳 ポテトフライ
13 木	七分米 焼肉 野菜の磯香和え コンソメスープ	七分つき米/押麦/砂糖/ごま(いり)/サラダ油/ごま油/ジャガイモ	豚モモ肉/焼きのり/牛乳/きな粉	人参/りんご(皮むき、生)/しょうが/にんにく/キャベツ/小松菜/人参/スイートポテト/バナナ(生)	牛乳 安倍川バナナ
14 金	ふりかけご飯 鶏肉と高野豆腐の煮物 野菜のごま和え 味噌汁	七分つき米/押麦/砂糖/ごま(ねり)/サラダ油/かつおミックス/サラダ油	高野豆腐/鶏肉むね/油揚げ(生)/米みそ/牛乳/調製豆乳/きな粉	大根/人参/グリーンピース(冷凍)/キャベツ/もやし/なめこ(生)	牛乳 きなこ蒸しパン
15 土	こぎつねごはん 豚汁 バナナ	七分つき米/砂糖	鶏肉むね/油揚げ(生)/豚モモ肉/絹ごし豆腐/米みそ/牛乳	人参/大根/人参/バナナ(生)	牛乳 お菓子

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前
		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	
17 月	豚丼 野菜の生姜和え コンソメスープ	七分つき米/しらす/砂糖/片栗粉/ごま(ねり)/ジャガイモ/サツマイモ	豚モモ肉/牛乳/プロセスチーズ	人参/グリーンピース(冷凍)/キャベツ/小松菜/しょうが/人参	牛乳 ふかしもち・チーズ
18 火	七分米 レバーのかりん揚げ もやしのさっぱり和え もずくスープ	七分つき米/押麦/片栗粉/サラダ油/砂糖/ごま(いり)/小麦粉	豚肝臓(生)/花巻/もずく(塩蔵、塩抜き)/絹ごし豆腐/牛乳/調製豆乳	しょうが/にんにく/きゅうり/もやし/人参	牛乳 甘食
19 水	中華丼 中華風コーンスープ オレンジ	七分つき米/ごま油/砂糖/片栗粉/かつおミックス/食塩不使用バター/サラダ油/コンフレーク	豚モモ肉/牛乳/調製豆乳	しょうが/にんにく/人参/人参/白菜/もやし/小松菜/スイートポテト/パプリカ/パプリカ	牛乳 シリアルクッキー
20 木	七分米 豚ひき肉と厚揚げの甘味噌 ピクルス すまし汁	七分つき米/押麦/砂糖/ごま油/マカ(乾)	豚ひき肉(生)/生揚げ/米みそ/花巻/早煮昆布/牛乳/きな粉	人参/キャベツ/人参/しょうが/きゅうり/大根/小松菜/えのき	牛乳 かじきなこ
21 金	ピラフ 塩からあげ ブロッコリーのマヨ和え 豆乳スープ	七分つき米/サラダ油/小麦粉/片栗粉/マヨネーズ(卵不使用)/砂糖/ごま(いり)/かつおミックス/食塩不使用バター/いちごジャム	鶏肉むね/調製豆乳/牛乳/クリーム(植物性脂肪)	スイートポテト/人参/にんにく/ブロッコリー(花序、生)/小松菜/スイートポテト	牛乳 お誕生日ケーキ
22 土	ひじきご飯 けんちん汁 オレンジ	七分つき米/押麦/ごま油	鶏肉むね/干ひじき(乾)/油揚げ(生)/木綿豆腐/牛乳	人参/いんげん/大根/人参/パプリカ	牛乳 お菓子
24 月	七分米 切干大根の和え物 中華スープ	七分つき米/押麦/ごま油/砂糖/片栗粉/サラダ油/ごま(いり)	豚モモ肉/乾燥わかめ(素干し)/牛乳/調製豆乳/きな粉	切干しいたけ(乾)/しょうが/青ピーマン/赤ピーマン(果実、生)/人参/エリンギ(生)/きゅうり/人参	牛乳 豆乳もち
25 火	ポークカレー コーンサラダ カルシウムヨーグルト	七分つき米/サラダ油/ジャガイモ/砂糖/かつおミックス/食塩不使用バター	豚モモ肉/カルシウムヨーグルト/牛乳/調製豆乳	にんにく/しょうが/人参/人参/キャベツ/スイートポテト/もやし/バナナ(生)	牛乳 バナナケーキ
26 水	七分米 ししゃもフライ わかめ入りサラダ 味噌汁	七分つき米/押麦/小麦粉/パン粉(乾燥)/サラダ油/ごま油/砂糖/ジャガイモ/マヨネーズ(卵不使用)/片栗粉	ししゃも(生)/乾燥わかめ(素干し)/油揚げ(生)/米みそ/牛乳/ウインナーソーセージ	もやし/人参/キャベツ/人参/小松菜/スイートポテト	牛乳 ウインナーとコーンの いもち
27 木	スパゲティーナポリタン コールスロー 野菜スープ	スパゲティ(乾)/サラダ油/砂糖/マヨネーズ(卵不使用)/ジャガイモ/水稲穀粒(七分つき米)	ウインナーソーセージ/牛乳/鶏ひき肉	人参/人参/青ピーマン/キャベツ/スイートポテト/青梗菜	麦茶 中華粥
28 金	ふりかけご飯 高野豆腐のそぼろあん もやしとにらのポン酢和え すまし汁	七分つき米/押麦/サラダ油/砂糖/片栗粉/ごま(いり)/小麦粉/食塩不使用バター	高野豆腐/鶏肉ひき肉(生)/花巻/牛乳	人参/青ピーマン/人参/もやし/にら/レモン(果汁、生)/えのきたけ/大根	牛乳 ココアスコーン



給食だより



ご入園・ご進級おめでとうございます。

進級児にとっても新入園児にとっても4月は新しい生活の始まりです。給食室からも子どもの様子を伺いながら安心して安全な給食を提供し、楽しい食事や様々な食の体験を通じて、食への関心が育むような環境を作っていきたいと思います。お米や玄米、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。 食事に関する情報は、給食だよりを通してお知らせします。

- ・補食のおにぎりは幼児80g、乳児60gです(塩昆布、ゆかり、わかめ、おかかのローテーションになります。)
- ・乳児は午前のおやつに牛乳がです。
- ・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。

	平均栄養価	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	塩分 (g)
乳児(1.2歳)	448	20.1	14.7	272	1.3	
幼児(3.4.5歳)	503	22.4	15.2	246	1.5	