

令和6年 4月分

幼児予定献立表

根岸星の子保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	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	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	午 後 午 前
1 月	バリバリ春巻き井中華スープ フルーツミルクかん	水稲穀粒(七分つき米)／緑豆はるさめ(乾)／ごま油／砂糖／わんたんの皮／サラダ油／ごま(いり)／サツマイモ	豚ひき肉(生)／木綿豆腐／牛乳／プロセスチーズ	長ねぎ／青ピーマン／赤ピーマン(果実、生)／人参／えのきたけ／にんにく／小松菜／温州蜜柑(缶詰、果肉)／さつま芋	牛乳 ふかしも・チーズ	16 火	麦ご飯 レバーのかりん揚げ 春雨サラダ 野菜のスープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／片栗粉／サラダ油／砂糖／ごま(いり)／春雨サラダ 緑豆はるさめ(乾)／ごま油／小麦粉	豚肝臓(生)／牛乳／豚ひき肉(生)	しょうが／にんにく／きゅうり／キャベツ／人参／トマト／スイートコーン	牛乳 肉まん風蒸しパン
2 火	麦ご飯 チキンの照焼き 鯉骨サラダ 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／砂糖／片栗粉／マヨネーズ(卵不使用)／ごま油／ササゲ(焼根、皮つき、生)／マヨネーズ(乾)	鶏若鶏肉もも(皮付、生)／干ひじき(乾)／大豆(国産、乾)／かたくちいわし(煮干し)／豆みそ／牛乳／きな粉	もやし／きゅうり／人参／スイートコーン／トマト	牛乳 わかしきなこ	17 水	ふりかけご飯 豚肉と高野豆腐の煮物 大根の甘酢漬け 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ごま(いり)／ごま油／ジャガイモ／砂糖／小麦粉／食塩不使用バター	花鰓／しらす干し(微乾燥品)／高野豆腐／豚モモ肉／豆みそ／牛乳	グリーンピース(ゆで)／人参／大根／西洋かぼちゃ(果実、生)／トマト／バナナ(生)	牛乳 バナナスコーン
3 水	麦ご飯 カレー肉じゃが 野菜のしょうが和え 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ジャガイモ／サラダ油／砂糖／片栗粉／小麦粉	豚モモ肉／花鰓／油揚げ(生)／豆みそ／牛乳	人参／トマト／グリーンピース(冷凍)／小松菜／もやし／キャベツ／しょうが／切干しだいこん(乾)	牛乳 甘食	18 木	炊き込みご飯 ししゃもフライ 春キャベツの塩昆布あえ すまし汁	水稲穀粒(七分つき米)／小麦粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／ごま油	ししゃも(生)／塩昆布／乾燥わかめ(素干し)／牛乳／ウインナーソーセージ／プロセスチーズ	ごぼう(根、生)／人参／いんげん／キャベツ／えのきたけ／トマト／ネーブル	牛乳 トマトチーズリゾット
4 木	麦ご飯 鮭の醤油焼き 野菜の味噌和え 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／砂糖／ごま(いり)／ごま油	ぎんざけ(養殖、生)／焼きのり／乾燥わかめ(素干し)／豆みそ／かたくちいわし(煮干し)／ウインナーソーセージ／牛乳	キャベツ／小松菜／人参／大根／トマト	麦茶 ミルクリゾット	19 金	ケチャップライス パイクチキン コールスロー ミルクコンソメスープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／サラダ油／マヨネーズ(卵不使用)／パン粉(乾燥)／砂糖／お肉キミックス／食塩不使用バター	鶏肉むね／あおのり(素干し)／牛乳／クリーム(乳脂肪)	人参／トマト／グリーンピース(冷凍)／にんにく／キャベツ／スイートコーン／セロリ(葉柄、生)	牛乳 お誕生日ケーキ
5 金	グリーンピースご飯 厚揚げと鶏肉の炒め煮 大根の甘酢漬け すまし汁	水稲穀粒(七分つき米)／水稲穀粒(精白米、もち米)／ジャガイモ／砂糖／焼きふ／有塩バター／グラニュー糖	生揚げ／鶏肉むね／乾燥わかめ(素干し)／牛乳	グリーンピース(生)／人参／大根／えのきたけ	牛乳 お麩ラスク	20 土	ハヤシライス バナナ	水稲穀粒(七分つき米)／サラダ油	豚モモ肉／牛乳	トマト／人参／グリーンピース(冷凍)／バナナ(生)	牛乳 お菓子
6 土	ポークカレー バナナヨーグルト	水稲穀粒(七分つき米)／サラダ油／ジャガイモ／砂糖	豚モモ肉／ヨーグルト／牛乳	にんにく／しょうが／トマト／人参／バナナ(生)	牛乳 お菓子	22 月	焼肉丼 酢ナマル わかめスープ	水稲穀粒(七分つき米)／砂糖／ごま(いり)／ごま油／お肉キミックス／サラダ油	豚モモ肉／乾燥わかめ(素干し)／牛乳／絹ごし豆腐	トマト／りんご(皮むき、生)／しょうが／にんにく／小松菜／もやし／人参／長ねぎ	牛乳 焼きココアドーナツ
8 月	麦ご飯 切干大根の青椒肉絲 中華きゅうり 中華風クリームスープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ごま油／片栗粉／砂糖	豚モモ肉／牛乳／きな粉	切干しだいこん(乾)／しょうが／赤ピーマン(果実、生)／青ピーマン／人参／エリンギ(生)／きゅうり／スイートコーン／スイートコーン／トマト	牛乳 安倍川バナナ	23 火	麦ご飯 焼き魚(鯖) 切干大根の煮物 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／砂糖／七分つき米	まさば(生)／油揚げ(生)／乾燥わかめ(素干し)／豆みそ／かたくちいわし(煮干し)／鶏肉ひき肉(生)／牛乳	しょうが／人参／切干しだいこん(乾)／いんげん／大根／チンゲンサイ	麦茶 中華粥
9 火	麦ご飯 赤魚の煮付け 野菜と油揚げの和え物 すまし汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／砂糖／ごま(いり)／ごま油／焼きふ／お肉キミックス／サラダ油／粉糖	あこうだい(生)／油揚げ(生)／牛乳	しょうが／もやし／キャベツ／小松菜／人参／りんご(皮むき、生)	牛乳 キャラットケーキ	24 水	麦ご飯 じゃがいもの味噌炒め もやしとわかめの和え物 すまし汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ジャガイモ／サラダ油／砂糖／片栗粉／ごま(いり)／ごま油／小麦粉／マヨネーズ(卵不使用)	豚ひき肉(生)／生揚げ／豆みそ／乾燥わかめ(素干し)／木綿豆腐／牛乳／マヨネーズ(缶詰、水煮、フルークラウド)	キャベツ／人参／しょうが／グリーンピース(冷凍)／もやし／小松菜／トマト	牛乳 豆腐ナゲット
10 水	麦ご飯 鶏肉のごま焼き マカロニサラダ 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ごま(いり)／ごま油／マヨネーズ(卵不使用)／ジャガイモ／食パン	鶏若鶏肉もも(皮付、生)／ツナ缶／かたくちいわし(煮干し)／豆みそ／牛乳／マヨネーズ(缶詰、水煮)	しょうが／きゅうり／人参／トマト／キャベツ	牛乳 チーズスティックパン	25 木	タコライス コッパ・ポ オレンジ	七分つき米／サラダ油／ササゲ(焼根、皮つき、生)／砂糖／食塩不使用バター	豚ひき肉(生)／マヨネーズ(缶詰、水煮)／牛乳	にんにく／トマト／人参／キャベツ／トマト(果実、生)／えのきたけ／パプリカ／さつま芋	牛乳 スイートポテト
11 木	麦ご飯 豚肉にもやし炒め 三色中華和え 中華スープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／砂糖／サラダ油／ごま油／ごま(いり)／小麦粉	豚モモ肉／木綿豆腐／牛乳／小豆(こしあん)	にんにく／小松菜／もやし／人参／にら／きゅうり／大根／長ねぎ	牛乳 あんまん風蒸しパン	26 金	麦ご飯 変わり五目豆 小松菜のマヨ和え 味噌汁	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／ジャガイモ／サラダ油／砂糖／マヨネーズ(卵不使用)／片栗粉	大豆(国産、乾)／豚モモ肉／早煮昆布／油揚げ(生)／かたくちいわし(煮干し)／豆みそ／牛乳／調製豆乳／きな粉	人参／いんげん／小松菜／かぼちゃ	牛乳 豆乳もち
12 金	麦ご飯 豆腐ハンバーグ アボカドとトマトのサラダ コンソメスープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／パン粉(生)／サラダ油／砂糖／ごま(いり)／マヨネーズ(卵不使用)／ジャガイモ／小麦粉／パン粉(乾燥)	木綿豆腐／豚ひき肉(生)／干ひじき(乾)／牛乳／マヨネーズ(缶詰、水煮、フルークラウド)	トマト／ブロッコリー(花序、生)／スイートコーン(未熟種子、缶詰)／人参／えのきたけ	牛乳 ポテトフライ	27 土	マーボー豆腐丼 わかめスープ ブルーベリー	水稲穀粒(七分つき米)／砂糖／片栗粉／ごま油／ごま(いり)	豚ひき肉(生)／木綿豆腐／豆みそ／乾燥わかめ(素干し)／牛乳	しょうが／にんにく／長ねぎ／にら／小松菜／ブルーベリー(乾)	牛乳 お菓子
13 土	豚丼 味噌汁 オレンジ	水稲穀粒(七分つき米)／サラダ油／しらたき／砂糖／焼きふ	豚モモ肉／乾燥わかめ(素干し)／豆みそ／牛乳	にんにく／トマト／いんげん／パプリカ	牛乳 お菓子	30 火	ミートソースパゲティ コンソメスープ オニオンスープ	マヨネーズ(乾)／サラダ油／小麦粉／砂糖／有塩バター／七分つき米／ごま(いり)	豚ひき肉(生)／乾燥わかめ(素干し)／牛乳	しょうが／にんにく／トマト／人参／セロリ(葉柄、生)／トマト／グリーンピース(冷凍)／キャベツ／スイートコーン	麦茶 わかめごはん
15 月	豆まかカレーライス 3色ピクルス 豆乳スープ	水稲穀粒(七分つき米)／押麦／サラダ油／砂糖／ルヴァンクラッカー	豚ひき肉(生)／大豆(国産、乾)／木綿豆腐／牛乳／調製豆乳／アガー	にんにく／トマト／人参／トマト／きゅうり／大根／レモン(果汁、生)／スイートコーン(未熟種子、缶詰)／小松菜／スイートコーン／ぶどう(ストロベリー)	牛乳 ぶどうゼリー クラッカー						

- ・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。

今月の平均栄養価	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)	459	19.4	14.7	276	1.3
幼児(3.4.5歳)	516	21.4	14.9	244	1.5



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。