

令和4年4月 給食献立表

ご入園・ご進級おめでとうございます。

初めて保育園に入るお子さんにとっては、たくさんのお友達と一緒に食事をするのがはじめての体験になると思います。最初は環境の違いで戸惑うかもしれませんが、お友達と一緒に食事は保育園生活の中で楽しい時間の1つになっていくと思います。子どもたちが1日を気持ちよく過ごせるように、早寝・早起きを心がけ、朝ごはんを食べながら登園しましょう。



日	曜日	献立名	3時のおやつ	魚の種類 (熱や力になるもの)	卵の種類 (血や肉になるもの)	鶏の種類 (体の調子を整えるもの)	献立名	魚の種類 (熱や力になるもの)	卵の種類 (血や肉になるもの)	鶏の種類 (体の調子を整えるもの)
1	金	※入園式※ 豆腐と焼肉のみそ煮 卵スープ 果物 ★ご飯	牛乳 丸ボーロ チーズ	米 油 砂糖 でんぷん 丸ボーロ	豆腐 焼肉 みそ 卵 わかめ かつお節 こんぶ 牛乳 チーズ	人参 玉葱 わげ パナ ナ	親子煮 ツナ和え ★ご飯	米 じゃがいも 砂糖 レーズン 小麦粉	豚肉 卵 ツナ缶	玉葱 人参 干し椎茸 もやし グリーンピース テンゲン菜
2	土	野菜ラーメン 煮豆 ★ご飯	牛乳 ビスケット 果物	中華めん ごま油 砂糖 ビスケット 茶	豚肉 みそ 牛乳 大豆	人参 キャベツ もやし 玉葱 りんご	チャンプル 春雨スープ ★ご飯	米 油 春雨	豆腐 豚肉 卵 かつお節 ベーコン	人参 もやし たら キャベツ 干椎茸
4	月	ハヤシシチュー コールスロー 果物 ★ご飯	牛乳 きなごマフィン	米 じゃがいも 油 砂糖 小麦粉 パター マヨネーズ はちみつ	牛肉 ヨーグルト 牛乳 きな粉 スキムミルク 卵	にんにく 玉葱 人参 グリーンピース トマト缶 キャベツ きゅうり ネーブル	柳川煮 ごま和え みそ汁 ★ご飯	米 こんにゃく 油 砂糖 ごま	豚肉 卵 わかめ	ごぼう 人参 干し椎茸 玉葱 さやいんげん キャベツ もやし なす
5	火	魚のかりんとう揚げ ナムル ニラ玉スープ ★ご飯	牛乳 じゃがいもおやき	米 でんぷん 油 砂糖 ごま油 じゃがいも 小麦粉	かつお節 牛乳 スキムミルク チーズ	しょうが もやし きゅうり 人参 たら	厚揚げとキャベツの味噌炒め きのこスープ ★ご飯	米 油 砂糖	厚揚げ 豚肉 みそ しいり ご	人参 玉葱 きゅうり えのきたけ ぶなめじ しいりご
6	水	若草焼き 切干大根の煮物 みそ汁 ★ご飯	牛乳 ジャムサンド	米 砂糖 油 ふ はん いちごジャム	豆腐 卵 さつまいも わかめ みそ しいり 牛乳	たら 切干大根 人参 ごま油	スパゲティミートソース 卵スープ ★ご飯	スパゲティ 油 小麦粉 でんぷん 米	牛肉 豚肉 チーズ 卵 わかめ かつお節 こんぶ	人参 玉葱 ビーマン しめじ
7	木	厚揚げ含め煮 春雨の酢の物 すまし汁 果物 ★ご飯	牛乳 ココア蒸しパン	米 しろたき 砂糖 春雨 ごま油 小麦粉	厚揚げ 牛肉 ハム はんぺん こんぶ 牛乳 かつお節	玉葱 人参 テンゲン菜 きゅうり しめじ ごま油 りんご	チンジャオロースー 汁ビーフン ★ご飯	米 しろたき 砂糖 でんぷん ビーフン	牛肉 ベーコン	ピーマン たけのこ 玉葱 人参 生薑 キャベツ わげ
8	金	魚のごま油焼 ごぼうサラダ 豆乳スープ ★ご飯	お茶 フルーツコーンフレーク	米 でんぷん ごま油 砂糖 コーン マヨネーズ コーンフレーク	たら かつお節 ツナ ハム 豆乳 牛乳	ごぼう 人参 玉葱 しめじ わげ パナナ レーズン	ポークビーンズ ヨーグルトサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油	大豆 豚肉 チーズ ハム ヨーグルト	人参 玉葱 パセリ きゅうり キャベツ
9	土	肉うどん はりはり漬け ★ご飯	牛乳 クラッカー 果物	米 うどん 砂糖 クラッカー	牛肉 しいりご 干し椎茸 油揚げ 牛乳	玉葱 人参 わげ 切干大根 ネーブル	炒り豆腐 中華スープ ★ご飯	米 油 砂糖 ごま油 でんぷん	豆腐 鶏肉 豚肉	玉葱 干し椎茸 人参 もやし グリーンピース たけのこ チンゲン菜 しめじ
11	月	チキンカレー ごまマヨネーズ和え 果物 ★ご飯	お茶 スキムわらびもち	米 じゃがいも 油 ごま 小麦粉 パター はちみつ マヨネーズ でんぷん 砂糖 醤油 砂糖	鶏肉 牛乳 竹輪 スキムミルク きな粉 醤油 砂糖	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ いちご	竹輪の確辺揚げ 即席漬け けんちん汁 ★ご飯	米 小麦粉 でんぷん 油 こんにゃく	竹輪 あおりの 豆腐 かつお節 鶏肉 油揚げ	しょうり 人参 ごぼう わげ
12	火	魚のてりやき かみかみサラダ 汁ビーフン ★ご飯	牛乳 ミニドック	米 砂糖 油 コーン はん マヨネーズ ビーフン	あじ しろす干し 大豆 豚肉 しいりご 牛乳 ハム	キャベツ きゅうり 玉葱 人参 もやし わげ	すきやき 大根と人参の酢の物 ★ご飯	米 しろたき 油 砂糖	牛肉 豆腐 しろす	白菜 わげ 人参 生薑 大根
13	水	高野豆腐のそぼろあんかけ じゃこ和え みそ汁 ★ご飯	牛乳 バナナケーキ	米 油 砂糖 でんぷん 小麦粉 パター	高野豆腐 豚肉 わかめ しろす干し 油揚げ しいりご みそ 牛乳 卵 スキムミルク	玉葱 人参 さやいんげん テンゲン菜 もやし パナナ	チャンポン はんぺんカレーマヨ炒め ★ご飯	米 中華めん 油	豚肉 いか 竹輪 はんぺん	キャベツ 玉葱 もやし 人参 きくらげ
14	木	筍ご飯 鶏肉の香味焼き 千草あえ すまし汁 果物	お茶 フルーツ寒天	米 ごま油 コーン 油 ごま 砂糖 ふ	油揚げ 鶏肉 みそ わかめ こんぶ かつお節 粉寒天	たけのこ 人参 にんにく キャベツ きゅうり しめじ りんご もも はんぺん	シチュー かみかみサラダ ★ご飯	米 じゃがいも コーン 油 小麦粉 パター	鶏肉 スキムミルク 卵 しろす干し チーズ かつお節	玉葱 人参 グリンピース キャベツ きゅうり わげ
15	金	肉じゃが 酢の物 かき玉汁 ★ご飯	牛乳 沖繩風ドーナツ	米 じゃがいも しろたき 油 砂糖 ごま でんぷん 小麦粉	牛肉 しろす干し わかめ しいりご 牛乳	玉葱 人参 さやいんげん きゅうり テンゲン菜	魚の黄金焼 れんこんきんぴら みそ汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 砂糖 ごま	しいり 卵 豆腐 油揚げ しいりご	れんこん 人参 玉葱 わげ
16	土	スパゲティナポリタン コンスープ ★ご飯	牛乳 丸ボーロ 果物	米 バググティ コーン 油 丸ボーロ 米	牛肉 ハム チーズ ベーコン 牛乳	玉葱 グリンピース 人参 パセリ パナナ	厚焼き卵 ひじきいため煮 豚汁 ★ご飯	米 油 砂糖 里芋 こんにゃく	卵 スキムミルク ツナ缶 ひじき 油揚げ 豚肉 豆腐 しいりご こんぶ	わげ 人参 さやいんげん ごぼう だいこん
18	月	豚肉の生巻焼き 春雨スープ 果物 ★ご飯	牛乳 チーズ焼き	米 油 春雨 じゃがいも	豚肉 かに風味かまぼこ しいりご 牛乳 ベーコン チーズ	玉葱 人参 しょうが ぱたり 干し椎茸 キャベツ ネーブル	厚揚げのそぼろ煮 ツナと若布の酢の物 みそ汁 ★ご飯	米 油 砂糖 ごま	厚揚げ 豚肉 わかめ ツナ缶 油揚げ しいりご	さやいんげん 玉葱 人参 きゅうり もやし ごま油
19	火	魚のごまソースかけ 即席漬け 中華スープ ★ご飯	牛乳 バナナコーン蒸しパン	米 小麦粉 油 ごま 砂糖 ごま油 でんぷん ごま 砂糖	赤魚 こんぶ 豚肉 牛乳 スキムミルク	キャベツ きゅうり 人参 たけのこ もやし しめじ テンゲン菜 パナナ	うま煮 すまし汁 ★ご飯	米 じゃがいも 砂糖 ふ	油揚げ 豚肉 厚揚げ わかめ こんぶ かつお節	たけのこ 人参 玉葱 わげ さやいんげん えのきたけ
20	水	鶏肉のクリーム煮 小松菜のサラダ 果物 ★食パン	お茶 ご飯お焼き	米 小麦粉 油 コーン じゃがいも マカロニ バター 砂糖 米 ごま油	鶏肉 スキムミルク ツナ しろす干し 卵	玉葱 人参 ぱせり ごま油 きゅうり キャベツ ネーブル わげ	けんちんうどん ごまマヨネーズ和え ★ご飯	米 うどん さといも ごま	豚肉 しいりご 竹輪	大根 人参 干し椎茸 テンゲン菜 キャベツ きゅうり
21	木	※園外保育※ (お弁当の日)	牛乳 コーンパンケーキ	米 小麦粉 コーン バター はちみつ	卵 牛乳		チキン南蛮 千切野菜 みそ汁 ★ご飯	米 小麦粉 油 砂糖 じゃがいも	豚肉 わかめ しいりご みそ	玉葱 ぱせり キャベツ 人参
22	金	カレー フレンチサラダ 果物 ★ご飯	牛乳 ごまクッキー	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター はちみつ ごま 砂糖	牛肉 牛乳 きな粉 卵	玉葱 人参 グリンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり	魚のトマトソース焼き かみかみサラダ チンゲン菜のスープ ★ご飯	米 パター コーン缶	鞘 しろす干し チーズ しいりご	トマト キャベツ きゅうり テンゲン菜 えのきたけ
23	土	焼きそば わかめスープ ★ご飯	牛乳 カステラ 果物	米 中華めん 油 カステラ	豚肉 さつまいも 卵のり かつお節 わかめ しいりご 牛乳	キャベツ もやし 人参 玉葱 ネーブル	豆腐の中華煮 かき玉汁 ★ご飯	米 油 砂糖 ごま油	豆腐 豚肉 卵 かまぼこ こんぶ かつお節	玉葱 干し椎茸 人参 たら しめじ わげ
25	月	※誕生日会※ チキンライス 豆腐とツナの小判焼き 千切野菜 きのこスープ	牛乳 いちごサンド	米 パター 油 はんぺん パン 砂糖	鶏肉 豆腐 ツナ 卵 スキムミルク ベーコン 牛乳 生クリーム	玉葱 人参 グリンピース にんにく にんじん キャベツ えのきたけ しめじ いちご	雑菜 みそ汁 ★ご飯	米 油 春雨 砂糖 じゃがいも	豚肉 卵 油揚げ しいりご	キャベツ もやし 人参 わげ 干し椎茸 玉葱
26	火	麻婆豆腐 ★持三糸 果物 ★ご飯	牛乳 栄養チヂミ	米 砂糖 ごま油 春雨 でんぷん 油 じゃがいも	豆腐 豚肉 みそ ハム 卵 牛乳 ベーコン しろす干し	玉葱 干し椎茸 たら 人参 しょうが きゅうり りんご	魚のカレー煮 アスパラのベーコン炒め 豆乳汁 ★ご飯	米 砂糖 コーン 油	卵 ベーコン 豆腐 豆腐 しいりご 牛乳 しろす干し 卵 スキムミルク	アスパラガス 人参 玉葱 干し椎茸 わげ キャベツ
27	水	はんぺんフライ ひじきの和風サラダ 村雲汁 ★ご飯	牛乳 小松菜とハナの パウンド	米 小麦粉 はんぺん 油 砂糖 ごま でんぷん	はんぺん 卵 鶏肉 ひじき わかめ しいりご 牛乳	人参 きゅうり えのきたけ わげ ごま油 パナナ レーズン	焼ビーフン わかめスープ ★ご飯	米 ビーフン 油 ごま 米	豚肉 ハム わかめ かまぼこ かつお節	玉葱 キャベツ 人参 もやし ビーマン
28	木	魚のチーズピカタ 大根サラダ みそ汁 ★ご飯	牛乳 ポップコーン	米 小麦粉 油 ごま 砂糖 ポップコーン バター 醤油 砂糖	牛 卵 チーズ わかめ ハム 厚揚げ しいりご みそ 牛乳	ぱたり だいこん 人参 きゅうり わげ	きのこカレー コールスローサラダ ★ご飯	米 じゃがいも 油 小麦粉 パター はちみつ マヨネーズ	豚肉 牛乳 ヨーグルト	玉葱 人参 舞茸 しめじ えのきたけ りんご パナナ にんにく キャベツ 南瓜
30	土	きつねうどん ひじきいため煮 ★ご飯	牛乳 パウダーヘン 果物	米 うどん 砂糖 じゃがいも 油 パウダー 茶	油揚げ 牛肉 しいりご ひじき 牛乳	人参 わげ パナナ	オムレツ 小松菜のサラダ 野菜スープ ★ご飯	米 パター ごま じゃがいも	卵 スキムミルク ツナ缶 ベーコン こんぶ かつお節	人参 玉葱 ごま油 もやし

※入荷の都合により献立及び材料の一部を変更することがあります。