



4月 給食献立表



2020年

日 曜	屋 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	ディスプレイ
1 水	カレーライス キャベツとコーンのサラダ ゆで卵 りんご	牛乳 かぼちゃクッキー	豚もも・鶏卵・普通牛乳 スキムミルク	米・じゃがいも・なたね油 マヨネーズ・薄力粉・無塩バター かたくり粉・車糖	たまねぎ・にんじん・キャベツ りんご・西洋かぼちゃ スイートコーン	おひさま
2 木	米飯 鰯の照り焼き ひじきと大豆の煮物 かきたま汁	牛乳 オレンジゼリー	さわら・だいず・鶏卵・普通牛乳	米・車糖・焼きふ・車糖	ほしひじき・にんじん・たまねぎ 生しいたけ・ほうれんそう・寒天 オレンジ飲料	幼児
3 金	米飯 春巻き きゅうりとゆで卵の酢の物 かぼちゃの味噌汁 オレンジ	牛乳 いちごヨーグルト	豚かた・しらす干し・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・ヨーグルト	米・ぎょうざの皮・なたね油 緑豆はるさめ・かたくり粉 車糖・いちごジャム・ごま油	にんじん・たけのこ・生しいたけ りょうとうもやし・きゅうり・わかめ 西洋かぼちゃ・たまねぎ・しょうが パレンシアオレンジ・いちご	幼児
4 土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 ねじりん棒	豚かた・鶏ひき肉・生揚げ 甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・車糖・かたくり粉 小麦粉あられ	にんじん・大根・ほうれんそう たまねぎ	幼児
6 月	たけのこご飯 鰯の味噌煮 小松菜の白和え えのきとわかめのすまし汁 バナナ	牛乳 抹茶クッキー まるごと小魚	油揚げ・まさば・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・片口いわし 木綿豆腐	米・車糖・ごま・焼きふ・薄力粉 無塩バター	たけのこ・にんじん・さやいんげん しょうが・こまつな・えのきだけ たまねぎ・バナナ・生わかめ	幼児
7 火	米飯 肉じゃが ちくわの酢の物 若竹汁	牛乳 グリーンホットケーキ	豚もも・焼き竹輪・普通牛乳 スキムミルク・鶏卵	米・じゃがいも・車糖・なたね油 わがやみ・有塩バター メープルシロップ	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・わかめ たけのこ・ほうれんそう 生わかめ・切りみつば	幼児
8 水	菜の花のクリームスパゲティー ブロッコリーとチーズのサラダ エノキのスープ オレンジ	牛乳 のりチーストースト	ベーコン・鶏もも・普通牛乳 プロセスチーズ・しらす干し	パセリ・スパゲティー・無塩バター 薄力粉・なたね油・車糖・食パン	和種なばな・たまねぎ・にんじん ほんしめじ・ブロッコリー えのきだけ・いわのり パレンシアオレンジ	なぎさ
9 木	米飯 鮭のクリームあんかけ 切り干し大根のサラダ ふとなめこの味噌汁	牛乳 チーズケーキ	ペにざけ・低脂肪牛乳・クリーム まぐろ缶詰・甘みそ・鶏卵 スキムミルク・クリームチーズ 普通牛乳	米・かたくり粉・無塩バター マヨネーズ・ごま油・焼きふ 薄力粉・車糖	ほうれんそう・切干しいごん きゅうり・にんじん・なめこ・レモン たまねぎ	幼児
10 金	米飯 ポークチャップ りんごのサラダ ほうれん草のポタージュ	牛乳 フルーツヨーグルト	豚もも・パルメザンチーズ 低脂肪牛乳・普通牛乳 ヨーグルト・スキムミルク	米・なたね油・じゃがいも マヨネーズ・車糖・有塩バター かたくり粉・薄力粉	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・えのきだけ・キャベツ きゅうり・ほうれんそう・バナナ みかん缶詰・パインアップル缶詰 ネクタリン・りんご	幼児
11 土	ハヤシライス ほうれん草と人参のしらす和え バナナ	牛乳 ポテトチップ	牛もも・しらす干し・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・車糖 ポテトチップス	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう バナナ	幼児
13 月	米飯 鰯の南蛮漬け 切り干し大根と昆布の煮物 小松菜の味噌汁 りんご	牛乳 小倉入り蒸しパン	さわら・豚もも・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・あずき スキムミルク	米・車糖・なたね油・かたくり粉 ごま油・わがやみ・車糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 刻み昆布・切干しいごん・こまつな りんご	幼児
14 火	米飯 麻婆豆腐 もやしときゅうりの胡麻和え きのこの味噌汁	牛乳 わらび餅	木綿豆腐・豚ひき肉・甘みそ 普通牛乳・きな粉	米・かたくり粉・なたね油 ごま・車糖・さつまいもでん粉 ごま油	しょうが・にんじん・たまねぎ・にら 生しいたけ・りょうとうもやし 乾しいたけ・なめこ・えのきだけ ぶなしめじ・きゅうり	幼児
15 水	米飯 牛肉とゴボウの味噌煮 小松菜と焼き海苔のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 ふのラスク	牛もも・甘みそ・絹ごし豆腐 普通牛乳・クリーム	米・車糖・なたね油・ごま油 焼きふ・有塩バター	ごぼう・グリーンピース・たまねぎ こまつな・焼きのり・生わかめ にんじん	離乳食
16 木	米飯 鰯のチーズパン粉焼き レンコンのカレー炒め かきたま汁 オレンジ	牛乳 メロンパンクッキー	まさば・パルメザンチーズ 鶏卵・普通牛乳・ベーコン	米・パン粉・なたね油・焼きふ わがやみ・車糖	しょうが・れんこん・たまねぎ 青ピーマン・スイートコーン・生しいたけ ほうれんそう・にんじん パレンシアオレンジ	幼児
17 金	米飯 鶏の照り焼き 淡色辛みそ・普通牛乳・ヨーグルト 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	鶏もも・ロースハム・生揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・ヨーグルト 油揚げ	米・マヨネーズ・ビスケット 車糖・ブルーベリージャム	しょうが・西洋かぼちゃ・きゅうり 大根・にんじん・ごぼう・れんこん ぶなしめじ・レタス	幼児
18 土	チキンライス 野菜サラダ エノキのスープ	牛乳 野菜スナック	鶏ひき肉・普通牛乳	米・なたね油・コーンスナック 車糖	たまねぎ・青ピーマン・にんじん きゅうり・トマト・えのきだけ レタス	幼児
20 月	米飯 鮭のポテト焼き ひじきのごまサラダ キャベツの味噌汁 バナナ	牛乳 コーントースト	ペにざけ・しらす干し・油揚げ 甘みそ・普通牛乳	米・じゃがいも・マヨネーズ ごま・食パン・車糖	パセリ・ほしひじき・にんじん スイートコーン・キャベツ・たまねぎ・バナナ きゅうり・あおのり スイートコーン缶詰	幼児
21 火	米飯 シュウマイ パンパンジーサラダ けんちん汁	牛乳 レモンケーキ	豚ひき肉・ささ身・木綿豆腐 普通牛乳・油揚げ・クリーム スキムミルク・鶏卵	米・ごま油・かたくり粉 しゅうまいの皮・車糖・さといも 粉糖・無塩バター・薄力粉 ホイップクリーム	しょうが・はくさい・乾しいたけ ほうれんそう・にんじん・きゅうり りょうとうもやし・レタス・ごぼう にんじん・大根・レモン	幼児
22 水	米飯 厚揚げのカレー煮 春雨の酢の物 豆腐とニラの味噌汁 オレンジ	牛乳 もちもちチーズパン	鶏ひき肉・生揚げ・木綿豆腐 甘みそ・普通牛乳 パルメザンチーズ	米・なたね油・かたくり粉・ごま 普通はるさめ・白玉粉・車糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ 青ピーマン・たけのこ・きゅうり 生わかめ・にら パレンシアオレンジ	おひさま
23 木	お弁当	牛乳 カリボテ	普通牛乳	カリボテ		
24 金	米飯 さばの照り焼き きゅうりとゆで卵の酢の物 かきたま汁 カルシウムふりかけ	牛乳 お好み焼き	まさば・しらす干し・煮干し かつお削り節・普通牛乳・豚かた かつお節・鶏卵	米・車糖・焼きふ・薄力粉 ながいも	きゅうり・たまねぎ・にんじん 生しいたけ・ほうれんそう・あおのり 塩昆布・キャベツ・わかめ	幼児
25 土	鮭のまぶしご飯 豆腐サラダ ワカメと玉葱の味噌汁	牛乳 ハトムギおこし	塩ざけ・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・油揚げ	米・車糖・おこし	グリーンピース・ほしひじき・きゅうり ほうれんそう・にんじん・生わかめ たまねぎ	幼児
27 月	米飯 鰯の竜田揚げ ほうれん草の白和え えのきとわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 チヂミ	さわら・木綿豆腐・甘みそ 鶏卵・しらす干し・普通牛乳	米・かたくり粉・なたね油 ごま・車糖・焼きふ・ごま油 薄力粉・上新粉	にんじん・ほうれんそう・えのきだけ 生わかめ・たまねぎ・バナナ・にら	幼児
28 火	赤飯 ひじき豆腐ハンバーグ 春雨サラダ ぶた汁	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・鶏ひき肉・木綿豆腐 ロースハム・豚もも・油揚げ 鶏卵・甘みそ・普通牛乳 ホイップクリーム	米・かたくり粉・普通はるさめ マヨネーズ・わがやみ・車糖 車糖・マーガリン	ほしひじき・にんじん・さやいんげん きゅうり・大根・ごぼう・はくさい りょうとうもやし・いちご	幼児
30 木	五目うどん チンゲンサイと油揚げの胡麻和え レバーの甘辛和え オレンジ	お茶 そぼろおにぎり まるごと小魚	鶏むね・焼き竹輪・鶏肝臓 鶏ひき肉・片口いわし・油揚げ	うどん・ごま・車糖・かたくり粉 なたね油・ごま油・米	ほうれんそう・生しいたけ・生わかめ にんじん・チンゲンサイ パレンシアオレンジ・にんじん グリーンピース・スイートコーン	幼児
1 金	米飯 さばのみぞれ煮 ひじきの白和え きのこの味噌汁	牛乳 こいのぼりクッキー	まさば・木綿豆腐・普通牛乳 甘みそ・鶏卵	米・薄力粉・なたね油・車糖 ごま・無塩バター	大根・ほしひじき・にんじん・きゅうり 乾しいたけ・なめこ・えのきだけ ぶなしめじ・たまねぎ・レモン	幼児
2 土	牛丼 豆腐サラダ だいこんとワカメの味噌汁	牛乳 ねじりん棒	牛かた・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・車糖・かたくり粉・なたね油 小麦粉あられ	たまねぎ・にんじん・きゅうり 大根・生わかめ・ほうれんそう	幼児
7 木	大豆入りカレーライス れんこんサラダ ひじきの煮物 オレンジ	牛乳 人参クッキー	豚かた・だいず・まぐろ缶詰 普通牛乳・スキムミルク・油揚げ	米・じゃがいも・なたね油 車糖・無塩バター・薄力粉 マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・れんこん キャベツ・ほしひじき きゅうり・パレンシアオレンジ	幼児

※献立は都合により変更することがあります。
※延長保育のおやつは、基本は市販のお菓子を使用しています。