4月 給食献立表

2022年

日	曜	昼　　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	金	米飯 カレイの野菜あんかけ ひじきと大豆の煮物 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳 りんごゼリー	まがれい・だいず・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・かたくり粉・なたね油・砂糖	たまねぎ・にんじん・えのきたけ 青ピーマン・根深ねぎ・ほしひじき・わかめ 寒天・りんご飲料	幼児
2	土	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 小松菜と焼き海苔のサラダ 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 カリポテ	豚かたロース・生揚げ・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・なたね油・砂糖・ごま油・ごま せんべい	にんじん・こまつな・りょくとうもやし 焼きのり・大根・ごぼう・たまねぎ・れんこん ぶなしめじ	幼児
4	月	炊き込みご飯 さばの照り焼き　　豆腐サラダ 若竹汁　　バナナ	牛乳 グリーン ホットケーキ	鶏ひき肉・焼き竹輪・まさば 木綿豆腐・普通牛乳・鶏卵 スキムミルク	米・なたね油・砂糖・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ 有塩バター・メープルシロップ	にんじん・生しいたけ・ごぼう さやいんげん・きゅうり・ほうれんそう にんじん・たけのこ・わかめ・切りみつば バナナ	幼児
5	火	カレーライス　　春雨サラダ オレンジ	牛乳 ミルクわらび餅	豚ロース・ロースハム・鶏卵 普通牛乳・低脂肪牛乳・スキムミルク きな粉	米・じゃがいも・なたね油・かたくり粉 普通はるさめ・マヨネーズ さつまいもでん粉・砂糖	たまねぎ・にんじん・きゅうり バレンシアオレンジ	幼児
6	水	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とじ かぼちゃサラダ 白菜の味噌汁	牛乳 レモンケーキ	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵 ロースハム・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク・クリーム	米・砂糖・マヨネーズ・薄力粉 無塩バター・粉糖	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリンピース・西洋かぼちゃ・きゅうり レタス・はくさい・えのきたけ・レモン	なぎさ
7	木	米飯 鰆のバターしょうゆ焼き チーズサラダ 人参の味噌汁	牛乳 フルーツ ヨーグルト	さわら・プロセスチーズ・生揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・ヨーグルト	米・薄力粉・有塩バター・砂糖 なたね油	きゅうり・トマト・ブロッコリー・レタス にんじん・たまねぎ・いちご・バナナ みかん缶詰・パインアップル缶詰 ネクタリン	幼児
8	金	米飯　　松風焼き ひじきの白和え　　かきたま汁	牛乳 かぼちゃクッキー	鶏ひき肉・麦みそ・鶏卵・木綿豆腐 普通牛乳・スキムミルク	米・車糖・パン粉・砂糖・ごま・焼きふ 薄力粉・無塩バター	たまねぎ・葉ねぎ・あおのり・ほしひじき にんじん・きゅうり・生しいたけ ほうれんそう・西洋かぼちゃ	幼児
9	土	チキンライス　　野菜サラダ はるさめスープ	牛乳 野菜スティック	鶏ひき肉・ベーコン・普通牛乳	米・なたね油・砂糖・普通はるさめ ごま油・ビスケット	たまねぎ・青ピーマン・にんじん・レタス きゅうり・トマト・ブロッコリー・だいずもやし 生しいたけ	幼児
11	月	菜の花パスタ　　ミモザサラダ 人参スープ　　オレンジ	お茶 ワカメご飯の おにぎり	さくらえび・しらす干し パルメザンチーズ・低脂肪牛乳 スキムミルク	ﾏｶﾛﾆ･ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ・オリーブ油 じゃがいも・マヨネーズ・有塩バター かたくり粉・米・ごま	和種なばな・にんにく・にんじん・たまねぎ ｽｲｰﾄｺｰﾝ・にんじん・きゅうり バレンシアオレンジ・わかめ	幼児
12	火	米飯　　鰆のカレームニエル チンゲンサイと油揚げの胡麻和え 豆腐とワカメの味噌汁	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	さわら・油揚げ・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・ヨーグルト	米・有塩バター・薄力粉・ごま・砂糖 ブルーベリージャム・ビスケット	チンゲンサイ・にんじん・たまねぎ・わかめ	幼児
13	水	米飯 鶏肉とじゃが芋の旨煮 キャベツとコーンのサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 どら焼き	鶏もも・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 鶏卵・あずき・スキムミルク	米・じゃがいも・砂糖・かたくり粉 なたね油・マヨネーズ・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	グリンピース・にんじん・キャベツ ｽｲｰﾄｺｰﾝ・こまつな・たまねぎ	離乳食
14	木	たけのこご飯 おから入り鶏ハンバーグ 春雨の酢の物 ほうれん草のすまし汁	牛乳 フルーツポンチ	油揚げ・鶏ひき肉・鶏卵・豆乳 おから・焼き竹輪・普通牛乳	米・パン粉・砂糖・かたくり粉 なたね油・ごま・普通はるさめ	たけのこ・にんじん・さやいんげん たまねぎ・きゅうり・わかめ・ほうれんそう バナナ・パインアップル缶詰・いちご みかん缶詰・ネクタリン	幼児
15	金	米飯　　鮭のレモン和え 切り干し大根の煮物 キャベツの味噌汁　　バナナ	牛乳 フライドポテト	べにざけ・油揚げ・焼き竹輪・甘みそ 普通牛乳	米・砂糖・なたね油・かたくり粉 じゃがいも	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・切干しだいこん・キャベツ たまねぎ・バナナ	幼児
16	土	マーボー丼 ほうれん草と人参のしらす和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 ポップコーン	木綿豆腐・牛ひき肉・豚ひき肉 しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 砂糖・ポップコーン	たまねぎ・にんじん・にら・生しいたけ ほうれんそう・西洋かぼちゃ	幼児
18	月	米飯　　豚肉しょうが焼き 彩りサラダ ふとなめこの味噌汁	牛乳 ヨーグルトパン	豚かたロース・プロセスチーズ ロースハム・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト・スキムミルク	米・薄力粉・なたね油・砂糖・焼きふ ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ・粉糖	しょうが・たまねぎ・ブロッコリー・にんじん きゅうり・なめこ・プルーン	幼児
19	火	赤飯　　鰆の味噌焼き ごぼうと大豆のサラダ アスパラガスのコンソメスープ オレンジ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・さわら・淡色辛みそ・だいず ウインナー・普通牛乳・鶏卵 ﾎｲｯﾌﾟｸﾘｰﾑ	米・砂糖・ごま・マヨネーズ ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ・マーガリン	しそ・ごぼう・にんじん・きゅうり アスパラガス・たまねぎ・にんじん バレンシアオレンジ・いちご	幼児
20	水	お弁当	牛乳 ポップコーン	普通牛乳	ポップコーン		
21	木	米飯　　酢豚 もやしときゅうりの胡麻和え 豆乳スープ	牛乳 パンプリン	豚ばら・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・豆乳 普通牛乳・鶏卵・低脂肪牛乳 スキムミルク・ﾎｲｯﾌﾟｸﾘｰﾑ	米・かたくり粉・なたね油・砂糖・ごま 食パン	しょうが・たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・たけのこ・きゅうり りょくとうもやし	幼児
22	金	鶏肉の照り焼き丼 マカロニサラダ　　ぶた汁 バナナ	牛乳 お好み焼き	鶏もも・鶏卵・ロースハム 豚かたロース・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・豚かたロース・かつお節	米・なたね油・ﾏｶﾛﾆ･ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ マヨネーズ・薄力粉・ながいも	にんじん・ほうれんそう・きゅうり・キャベツ 大根・ごぼう・はくさい・りょくとうもやし バナナ・あおのり	幼児
23	土	鮭のまぶしご飯 ｼﾞｬｶﾞｲﾓのそぼろ煮 キャベツの味噌汁	牛乳 ごぼうスナック	塩ざけ・牛ひき肉・豚ひき肉・油揚げ 甘みそ・普通牛乳	米・じゃがいも・砂糖・かたくり粉 小麦粉あられ	グリンピース・ほしひじき・キャベツ たまねぎ	幼児
25	月	米飯　　鰆のレモン南蛮 ひじきの煮物 じゃがいもの味噌汁	牛乳 カルシウム ヨーグルト	さわら・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・砂糖・ごま油・かたくり粉 なたね油・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・アスパラガス・きゅうり ｽｲｰﾄｺｰﾝ・レモン・ほしひじき	幼児
26	火	米飯　　鮭のクリームあんかけ 野菜サラダ 豆腐とわかめのすまし汁 オレンジ	牛乳 カップゼリー	べにざけ・低脂肪牛乳・クリーム スキムミルク・絹ごし豆腐・普通牛乳	米・薄力粉・かたくり粉・無塩バター 砂糖・なたね油・ゼリー	ほうれんそう・たまねぎ・レタス・きゅうり トマト・ブロッコリー・わかめ・にんじん バレンシアオレンジ	幼児
27	水	米飯　　牛肉のきんぴら風 納豆和え　　卵の味噌汁	牛乳 チーズ蒸しパン	牛かた・挽きわり納豆・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・プロセスチーズ スキムミルク	米・なたね油・砂糖・ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	ごぼう・にんじん・生しいたけ・グリンピース ほうれんそう	おひさま
28	木	春の天ぷらうどん ほうれん草のごまあえ 鶏レバーの生姜煮　　バナナ	牛乳 いちごサンド	焼き竹輪・さくらえび・鶏肝臓 普通牛乳・クリーム	うどん・薄力粉・なたね油・ごま・砂糖 食パン	にんじん・ごぼう・たけのこ・たまねぎ ほうれんそう・しょうが・バナナ・いちご	幼児
30	土	五目ご飯 チンゲンサイと油揚げの胡麻和え えのきとわかめの味噌汁	牛乳 カリポテ	豚ロース・油揚げ・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・ごま・砂糖・焼きふ せんべい	ごぼう・にんじん・乾しいたけ チンゲンサイ・えのきたけ・わかめ たまねぎ	幼児
2	月	ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ バナナ	牛乳 カップゼリー	牛もも・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・マヨネーズ ゼリー	たまねぎ・にんじん・キャベツ・ｽｲｰﾄｺｰﾝ バナナ	幼児
6	金	米飯　　鰆の塩麹焼き きゅうりとｼﾗｽの酢の物 かぼちゃの味噌汁	牛乳 シリアルクッキー	さわら・しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・スキムミルク	米・塩麹・砂糖・薄力粉・無塩バター コーンフレーク	きゅうり・わかめ・西洋かぼちゃ・たまねぎ プルーン	幼児
7	土	牛丼 小松菜と焼き海苔のサラダ 豆腐と油揚げの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	牛もも・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ 普通牛乳	米・砂糖・かたくり粉・ごま油・ごま ポテトチップス	たまねぎ・にんじん・こまつな りょくとうもやし・焼きのり	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、基本は市販のおやつを使用しています。