

がつ きゅうしょくんでてひょう
4月 給食献立表

2024年4月

星ヶ丘にし保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (○は午後おやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
1月	御飯 銀ひらすのレモン焼き かぼちゃの甘煮 豆腐のみそ汁 洋なし缶	531.9(420.0) 21.2(16.2) 11.4(8.8) 1.7(1.3)	米 砂糖、米粉 ○米粉○砂糖	銀ひらす 木綿豆腐、米みそ ○牛乳 ○甘納豆	レモン果汁 かぼちゃ、いんげん にんじん、ねぎ 洋なし缶	しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁 ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 かるかん	
2火	チキンライス ほうれん草のソテー 野菜スープ りんご	531.9(423.8) 16.3(13.0) 12.3(9.8) 1.2(1.0)	米、油 ○米粉○砂糖 ○油	鶏もも肉 ○牛乳 ○卵	たまねぎ、ピーマン にんじん ほうれん草、コーン もやし セロリ、りんご ○バナナ	ケチャップ、コンソメ 食塩 ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 バナナ ケーキ	
3水	御飯 八宝菜 切り干し大根の旨煮 菜花のすまし汁 パイン缶	523.9(419.1) 16.4(13.2) 9.3(7.4) 1.7(1.3)	米 片栗粉、砂糖、油 ○砂糖	豚肉(もも) ツナ水煮缶 ○牛乳	はくさい、にんじん、しょうが たまねぎ、エリンギ 切り干しだいこん なばな、コーン パイン缶 ○りんご果汁○粉かんでん	中華だしの素、しょうゆ かつお・昆布だし汁 みりん 食塩	牛乳 スナック	牛乳 りんごゼリー	
4木	パンズ ハンバーグ ポテトサラダ チンゲン菜のスープ もも缶	530.6(415.4) 20.9(16.3) 17.4(13.4) 1.8(1.4)	パンズ 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ ○米	豚ひき肉 ○牛乳 ○かつお節	たまねぎ にんじん、いんげん チンゲンサイ もも缶(黄桃)	ケチャップ、食塩 コンソメ ○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 おかか おにぎり	
5金	御飯 鮭のクリーム煮 にんじんサラダ 豆乳スープ オレンジ	534.8(422.8) 24.6(18.8) 14.7(11.6) 1.4(1.1)	米 米粉 砂糖、油 ○砂糖	さけ、牛乳 無塩バター ハム 豆乳 ○牛乳	たまねぎ、パセリ粉 にんじん、きゅうり はくさい、しめじ オレンジ ○粉かんでん	○ココア 酢、中華だしの素 コンソメ、食塩	牛乳 スナック	牛乳 ココアプリン	
6土	入園式のため 給食なし		○スナック	○牛乳			牛乳 スナック	牛乳 スナック	入園式
8月	御飯 さばのタンドリー焼き ツナサラダ もずくスープ パイン缶	551.7(441.4) 23.4(18.7) 14.9(11.9) 0.7(0.5)	米 砂糖、油 ○砂糖	さば ツナ水煮缶 ○牛乳○こしあん	しょうが、にんにく だいこん、キャベツ もずく、たまねぎ パイン缶 ○粉かんでん	カレー粉、ケチャップ しょうゆ、酢 食塩、コンソメ	牛乳 スナック	牛乳 水ようかん	
9火	キッズビビンバ 甘辛ポテト もやしのスープ りんご	548.8(438.9) 18.2(14.5) 12.9(10.3) 2.3(1.9)	米 さつまいも、砂糖 ごま油 ○米粉○白玉粉 ○砂糖	豚ひき肉、米みそ ○牛乳 ○木綿豆腐	にんじん、コーン ほうれん草、ねぎ だいこん にんにく、しょうが もやし、たまねぎ りんご	しょうゆ、コンソメ みりん、中華だしの素 食塩 ○しょうゆ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 みたらし 団子	
10水	御飯 豆腐のチャンプルー マロニーのお浸し 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	570.4(456.3) 20.9(16.7) 11.9(9.5) 1.5(1.2)	米 マロニー 砂糖、ごま油 ○砂糖	豚肉(もも) 木綿豆腐 鶏ささ身 米みそ ○牛乳	にんじん、たまねぎ チンゲンサイ きゅうり、切り干しだいこん オレンジ ○洋なし缶○パイン缶 ○りんご	めんつゆ、食塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ポンチ	
11木	食パン 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ 白菜スープ 洋なし缶	527.3(421.8) 24.6(19.7) 19.2(15.3) 2.2(1.7)	食パン 砂糖 マヨネーズ ○米粉○砂糖 ○ごま油	鶏もも肉 ハム ○牛乳 ○豚ひき肉 ○しらす干し	マーマレード ひじき、にんじん はくさい、セロリ 洋なし缶 ○コーン○にら	しょうゆ コンソメ、食塩 ○しょうゆ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 チヂミ	
12金	御飯 ホキの西京焼き 野菜炒め 若竹汁 もも缶	514.0(411.0) 19.8(15.8) 16.1(12.9) 1.7(1.4)	米 砂糖 油 ○じゃがいも○油	ホキ、白みそ ○牛乳	キャベツ、にんじん たまねぎ たけのこ、カットわかめ あさつき もも缶(黄桃) ○あおのり	コンソメ かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 フライド ポテト	
13土	煮込みうどん キャベツのおかか和え りんご	454.0(363.2) 19.9(15.9) 8.8(7.1) 2.4(1.9)	うどん、油 砂糖 ○スナック	鶏もも肉 かつお節 ○牛乳	にんじん、しいたけ ほうれん草 キャベツ りんご	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますのでご了承下さい

●何かお気づきの点がございましたら担任にお伝え下さい

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せて園で精米しています 基本的に水曜日和金曜日は七分づきにしています

☆4月22日(月)はぞう組とくま組のワールドトリップの活動にちなみ、エジプト料理の「ターメイヤサンド」がおやつに出ます



日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材料名 (○は午後おやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
15月	御飯 マーボー豆腐 春雨サラダ ポバイスूप 洋なし缶	535.8(411.5) 19.1(15.0) 16.0(12.7) 1.8(1.4)	米 片栗粉、油 はるさめ、砂糖 ごま油 ○米粉○砂糖	木綿豆腐 豚ひき肉、米みそ ハム ○牛乳 ○クリームチーズ	たまねぎ、にんじん ねぎ、しょうが、にんにく きゅうり ほうれんそう、もやし 洋なし缶	しょうゆ 中華だしの素、食塩 酢 ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 チーズ 蒸しパン	
16火	カレーライス キャベツの甘酢あえ おくらスープ ゼリー	585.4(451.2) 17.6(13.8) 17.2(13.7) 1.8(1.5)	米、じゃがいも 米粉、砂糖、油 ゼリー ○カステラ○砂糖	鶏もも肉 ちくわ ○牛乳 ○生クリーム	たまねぎ、にんじん にんにく、しょうが キャベツ、コーン オクラ ○もも缶(黄桃)	カレールウ、食塩 ケチャップ、コンソメ 酢	牛乳 スナック	牛乳 カステラ ケーキ	お誕生日会
17水	御飯 たらの煮付け 白菜の煮浸し 小松菜のみそ汁 オレンジ	531.3(424.4) 20.6(16.5) 11.7(9.3) 1.8(1.5)	米 砂糖 ○さつまいも ○砂糖	たら 油揚げ 米みそ ○牛乳 ○無塩バター	はくさい、にんじん こまつな、たまねぎ オレンジ	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、酒	牛乳 スナック	牛乳 スイート ポテト	
18木	ロールパン トマトスパゲティ ブロッコリーのサラダ 田舎スープ もも缶	571.4(456.9) 17.4(13.9) 18.6(14.8) 2.0(1.6)	ロールパン スパゲティ、油、砂糖 マヨネーズ ○米○もち米 ○砂糖○ごま	ベーコン ○牛乳○米みそ	たまねぎ ブロッコリー、キャベツ にんじん しめじ もも缶(黄桃)	ケチャップ、コンソメ 食塩 ○みりん	牛乳 スナック	牛乳 五平餅	
19金	御飯 あじのムニエル じゃがいもソテー わかめのすまし汁 パイン缶	550.0(435.5) 21.2(16.2) 17.0(13.4) 1.6(1.2)	米 油、米粉 じゃがいも ○米粉○白玉粉 ○油	あじ ○牛乳 ○粉チーズ	にんにく にんじん、パセリ粉 だいこん、カットわかめ パイン缶	食塩、コンソメ しょうゆ かつお・昆布だし汁 ○食塩	牛乳 スナック	牛乳 もちもち チーズパン	
20土	そぼろ丼 にらスープ りんご	512.2(409.7) 18.3(14.7) 11.8(9.5) 1.8(1.4)	米、砂糖、油 ○スナック	鶏ひき肉 ○牛乳	にんじん、はくさい 干しいたけ たまねぎ にら りんご	しょうゆ、みりん、酒 中華だしの素、食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
22月	御飯 銀ひらすのごま焼き 大根の煮物 トマトスープ もも缶	503.9(403.2) 19.3(15.4) 12.0(9.6) 1.3(1.0)	米 ごま、砂糖 ○パンズ ○片栗粉	銀ひらす ちくわ ○牛乳 ○鶏ひき肉 ○グリーンピース	だいこんにんじん トマトピューレ たまねぎ、セロリ もも缶(黄桃) ○たまねぎ○トマト	しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁 コンソメ、食塩 ○食塩○ケチャップ	牛乳 スナック	牛乳 ターメイヤ サンド	ワールド トリップ ぞう組 くま組
23火	たけのご御飯 高野豆腐の煮物 五目みそ汁 洋なし缶	539.9(431.9) 17.1(13.7) 10.1(8.1) 1.9(1.5)	米、砂糖、油 さつまいも 板こんにやく ○黒砂糖○米粉 ○砂糖	油揚げ 高野豆腐 豚肉(もも) 鶏もも肉、米みそ ○牛乳	たけのこ、にんじん みつば、しいたけ ひじき、たまねぎ きやえんどう ごぼう、だいこん 洋なし缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、酒 食塩 みりん	牛乳 スナック	牛乳 黒糖 ういろう	
24水	御飯 筑前煮 納豆和え かぶのすまし汁 オレンジ	528.5(422.8) 22.1(17.7) 15.3(12.3) 1.8(1.4)	米 さといも、砂糖 マヨネーズ ごま油	鶏もも肉 生揚げ 挽きわり納豆 ○牛乳○ヨーグルト	にんじん、れんこん ほうれんそう かぶ、かぶ葉 たまねぎ、あさつき オレンジ ○洋なし缶○もも缶(黄桃)	かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ヨーグルト 和え	
25木	食パン クリームシチュー さつまいもサラダ パイン缶	595.4(469.0) 20.3(16.1) 20.0(15.4) 1.2(1.0)	食パン、油、米粉 さつまいも マヨネーズ ○米○もち米 ○黒ごま○砂糖	牛乳、豚肉(もも) 無塩バター ○牛乳 ○あずき缶	たまねぎ、にんじん キャベツ、いんげん ブロッコリー、コーン パイン缶	コンソメ、食塩、こしょう	牛乳 スナック	牛乳 黒ごま おはぎ	
26金	ゆかり御飯 さばの塩焼き きんぴらごぼう みつばのみそ汁 りんご	555.8(436.2) 20.1(15.2) 18.4(14.0) 2.2(1.7)	米 糸こんにやく ごま油、砂糖 ○玄米フレーク ○マシュマロ ○コーンフレーク	さば 米みそ ○牛乳 ○無塩バター	にんじん、ごぼう みつば、だいこん りんご	しそふりかけ しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁 食塩	牛乳 スナック	牛乳 玄米 フレーク スナック	
27土	あんかけやきそば もやしのしらす和え もも缶	573.3(458.7) 24.7(19.8) 10.8(8.7) 1.4(1.1)	中華めん 片栗粉、ごま油 ○スナック	豚肉(もも) しらす干し ○牛乳	にんじん はくさい、たまねぎ しょうが、にんにく もやし もも缶(黄桃)	しょうゆ、コンソメ 中華だしの素	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
29月	昭和の日								
30火	ロールパン 焼きそば チキンバーグ さつまいもスープ オレンジ	598.4(469.5) 23.6(18.4) 19.5(15.0) 1.8(1.5)	ロールパン 焼きそばめん、油 さつまいも 片栗粉 ○米粉、○白玉粉 ○砂糖○油	豚肉(もも) かつお節 鶏ひき肉 ○牛乳○豆乳 ○絹ごし豆腐	にんじん、たまねぎ チンゲンサイ あおのり ひじき、キャベツ オレンジ	お好み焼きソース コンソメ、食塩 ○ココア	牛乳 スナック	牛乳 焼きココア もち	