



4月給食献立

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和5年4月3日

日	曜日	献立	午後おやつ	材 料 名			
				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
3	月	ご飯・さばの味噌煮 ほうれん草のごま和え 麩のすまし汁・オレンジ	牛乳 プアマンケーキ	米、小麦粉、砂糖、砂糖、 油、すりごま、焼ふ	牛乳、さば、米みそ(淡色 辛みそ)	オレンジ、根切りもやし、ほうれん草、 たまねぎ、にんじん皮むき、えのき たけ、葉ねぎ、しょうが	みりん、しょうゆ(うすくち)、 しょうゆ、かつおだし・鰹 節、食塩、食塩
4	火	ご飯・牛肉とたけのこの炒め物 切干大根の酢の物 春雨スープ・りんご	牛乳 マシュマロサンド	米、はるさめ、砂糖、ごま油、 ごま、油	牛乳、牛肉(肩ロース)、生 揚げ、かつお味付けフレー ク缶	りんご、にんじん皮むき、はくさい、た けのこ(水煮缶)、きゅうり、葉ねぎ、 ピーマン、切り干しだいこん、しめじ、 生わかめ	しょうゆ(うすくち)、酢、酒、 中華だしの素、食塩
5	水	ゆかりごはん・カレー肉じゃが きゅうりの梅和え ★かきたま汁・バナナ	牛乳 ★グラノーラクッキー	米、じゃがいも、小麦粉、マ ーガリン、玄米フレーク、 砂糖、しらたき、片栗粉、砂 糖、油	牛乳、牛肉(肩ロース)、 卵、生揚げ、卵、大豆水 煮缶、かつお節	バナナ、きゅうり、たまねぎ、にんじん 皮むき、こまつな、しめじ、生わかめ、 グリーンピース(水煮缶詰)、うめ干し	しょうゆ(うすくち)、みりん、 酒、酢、しょうゆ、かつおだ し・鰹節、食塩、カレー粉
6	木	ご飯・鶏の和風レモン焼き かぼちゃの素揚げ 人参の味噌汁・いちご	牛乳 ★オニオンブレッド	米、ホットケーキ粉、油、マ ヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉(皮付)、 米みそ(淡色辛みそ)、卵、 油揚げ、卵、ハム、とろ けるチーズ	かぼちゃ、いちご、だいこん皮むき、 たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、 えのきたけ、レモン果汁、にんにく	しょうゆ(うすくち)、かつお だし・鰹節、鶏がらだしの 素、食塩、卵パセリ粉
7	金	ハヤシライス ★春キャベツのサラダ オレンジ	ヨーグルト	米、マヨネーズ、ごま	ソファール元気ヨーグルト、 牛肉(肩ロース)、ハム	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、 キャベツ、しめじ、かぼちゃ、きゅうり、 コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ
8	土	とり井 厚揚げの味噌汁 バナナ	せんべい	米、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、生揚げ、 米みそ(淡色辛みそ)、ちく わ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉 ねぎ、えのきたけ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん
10	月	ご飯・さわらのマヨネーズ焼き キャベツとウインナーのソテー 豆スープ・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	米、じゃがいも、マカロニ、マ ヨネーズタイプ調味料(低カロ リータイプ)、砂糖、油	牛乳、さわら、ゆで大豆、 ウインナーソーセージ、オキ な粉、粉チーズ	オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、 根切りもやし、たまねぎ、コーン缶、パ セリ	コンソメ・粉末、食塩、食 塩
11	火	ご飯・鶏の照り焼き おからサラダ 大根の味噌汁・バナナ	牛乳 オレンジゼリー	米、砂糖、マヨネーズタイプ 調味料(低カロリータイプ)、砂 糖	牛乳、鶏もも肉(皮付)、 おから、ハム、油揚げ、米み そ(淡色辛みそ)、ゼラチ ン	オレンジ濃縮果汁、バナナ、のみか ん缶、たまねぎ、だいこん皮むき、にん じん皮むき、きゅうり、葉ねぎ、生わか め	酒、しょうゆ、酢、みりん、 かつおだし・鰹節、食塩
12	水	スタミナ丼 ミニトマト わかめスープ・いちご	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、米粉、油、砂糖、ご ま、片栗粉、ごま油	牛乳、牛肉(もも)、木綿 豆腐	たまねぎ、いちご、ミニトマト、キャベ ツ、ピーマン、にんじん皮むき、えのき たけ、生わかめ、コーン缶、バナナ、 にんにく	焼き肉のたれ、酒、鶏がら だしの素、食塩
13	木	ご飯・たらのトマトソースかけ ★ハムサラダ かぼちゃの豆乳スープ・りんご	牛乳 シュガーパイ	米、マヨネーズ、バター、グ ラニュー糖、油	牛乳、たら、調製豆乳、ハ ム、ベーコン	りんご、キャベツ、たまねぎ、カットマ ト缶詰、にんじん皮むき、きゅうり、か ぼちゃ、にんにく	鶏がらだしの素、食塩、パ セリ粉
14	金	豚丼 ★ちくわの磯辺揚げ 豆腐の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★レモンヨーグルトケーキ	米、小麦粉、しらたき、砂糖、 小麦粉、油、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、木 綿豆腐、ちくわ、ヨーグル ト(無糖)、卵、卵、米みそ (淡色辛みそ)、油揚げ	オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、 万能ねぎ、生わかめ、しょうが、レモ ン果汁、あおのり	しょうゆ(うすくち)、みりん、 かつおだし・鰹節、食塩
15	土	鮭チャーハン じゃがいものスープ バナナ	ラムネ	米、じゃがいも、油	鮭フレーク、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、 ピーマン、しめじ	しょうゆ(うすくち)、鶏がら だしの素
17	月	ご飯・鮭の塩焼き ひじき煮 豆腐の味噌汁・りんご	牛乳 ジャムロールサンド	米、サンドイッチパン、砂糖、 油	牛乳、さけ、木綿豆腐、ち くわ、大豆水煮缶、米みそ (淡色辛みそ)、油揚げ	りんご、たまねぎ、いちごジャム、に んじん皮むき、万能ねぎ、しめじ、ひじ き	しょうゆ(うすくち)、酒、みり ん、かつおだし・鰹節、食塩
18	火	ご飯・豚肉とキャベツの塩炒め パンサンスー コーンスープ・オレンジ	牛乳 ココア豆乳プリン	米、砂糖、はるさめ(緑豆)、 ごま油、砂糖、ごま	牛乳、調製豆乳、豚肉 (もも)、生揚げ、木綿豆腐、 ハム、ゼラチン	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、きゅう り、にんじん皮むき、コーン缶、葉ね ぎ、えのきたけ	酢、鶏がらだし・粉末、しょ うゆ(うすくち)、酒、鶏がら だしの素、食塩
19	水	ご飯・鶏肉のマーマレード焼き ★人参シリシリ 春キャベツのスープ・いちご	牛乳 きなこちんすこう	米、小麦粉、砂糖、油、 砂糖	牛乳、鶏もも肉、卵、ツナ 油漬缶(きはだ)、ベーコン、 オキナ粉	にんじん皮むき、たまねぎ、いちご、 キャベツ、マーマレード	しょうゆ(うすくち)、みりん、 しょうゆ、コンソメ・粉末、食 塩
20	木	ご飯・ひき肉のチーズ焼き マカロニサラダ 豆乳シチュー・バナナ	牛乳 ★コーンマヨトースト	米、じゃがいも、食パン、マカ ロニ、マヨネーズタイプ調味料 (低カロリータイプ)、マヨ ネーズ、米粉	牛乳、調製豆乳、豚ひき 肉、とろけるチーズ、ゆで大 豆、ベーコン、ハム	バナナ、カットマト缶詰、にんじん皮 むき、たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、 コーン缶、クリームコーン缶、ピーマ ン、コーン缶、グリーンピース(水煮缶 詰)、クリームコーン缶	ケチャップ、鶏がらだしの 素、食塩、パセリ粉
21	金	ご飯・まぐろの竜田揚げ ブロッコリーのごま和え 人参のすまし汁・りんご	牛乳 豆乳スコーン	米、小麦粉、油、片栗粉、 油、メープルシロップ、すりご ま、砂糖	牛乳、まぐろ、木綿豆腐、 調製豆乳	りんご、ブロッコリー、根切りもやし、に んじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、えの きたけ、しょうが	しょうゆ、みりん、しょうゆ (うすくち)、酒、かつおだ し・鰹節、食塩、食塩
22	土	牛丼 ちくわの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、しらたき、さつまいも(皮 付)、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米 みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、万 能ねぎ	しょうゆ(うすくち)
24	月	ご飯・たらの西京焼き 切干大根の旨煮 えのきの味噌汁・オレンジ	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、ホットケーキ粉、バ ター、砂糖	牛乳、たら、木綿豆腐、 卵、油揚げ、白みそ、米み そ(淡色辛みそ)、ちくわ	オレンジ、マーマレード、にんじん皮 むき、たまねぎ、切り干しだいこん、生 わかめ、えのきたけ	酒、みりん、しょうゆ、かつ おだし・鰹節、しょうゆ(うす くち)
25	火	ご飯★鶏の香草焼き フライドポテト 野菜スープ・バナナ	牛乳 米粉のクラッカー	米、じゃがいも、マヨネーズ、 油、米粉、油、コーンス ターチ、パン粉	牛乳、鶏もも肉(皮付)、 おから、大豆水煮缶、 ベーコン	バナナ、にんじん、たまねぎ、しめじ、 卵あおのり	鶏がらだしの素、食塩、パ セリ粉、食塩
26	水	ご飯・マーボー豆腐 もやしのナムル ★わか玉スープ・いちご	フルーツヨーグルト	米、ごま、砂糖、ごま油、片栗 粉	ソファール元気ヨーグルト、 木綿豆腐、豚ひき肉、卵、 米みそ(淡色辛みそ)	根切りもやし、にんじん皮むき、いち ご、バナナ、たけのこ(ゆで)、のみ かん缶、きゅうり、たまねぎ、葉ねぎ、 生わかめ、コーン缶、にんにく、しょう が	しょうゆ、鶏がらだしの素、 しょうゆ(うすくち)、食塩
27	木	ご飯・鮭のゆであん焼き きゅうりとツナの酢の物 豚汁・りんご	牛乳 チーズラスク	米、フランスパン、さといも (冷凍)、板こんにゃく、マヨ ネーズタイプ調味料(低カロ リータイプ)、砂糖、ごま油	牛乳、さけ、豚肉(肩ロー ス)、生揚げ、ツナ油漬缶(き はだ)、米みそ(淡色辛み そ)、粉チーズ	りんご、キャベツ、きゅうり、にんじん皮 むき、洗いごぼう、葉ねぎ、ゆず果汁	しょうゆ(うすくち)、酒、みり ん、酢、かつおだし・鰹節、 食塩、卵パセリ粉
28	金	カレーライス チーズ オレンジ	牛乳 ★バナナブレッド	米、じゃがいも、ホットケーキ 粉、マーガリン	牛乳、牛肉(肩ロース)、 チーズ、卵、ヨーグルト (無糖)	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、 バナナ、しめじ、グリーンピース(水煮 缶詰)	カレールウ

※材料の都合により、メニューが変更される場合があります。
 ※アレルギー対応について
 昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。
 卵を使った料理には★印をつけています。
 離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。