



# 2024年4月 給食献立表



キ ツ ズ	昼 食	3色食品群			給与栄養量		アレルギー	おやつ	
		熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分			午前	午後
1	月	ごはん 豚のしょうが焼き こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)	米 砂糖 油 じゃがいも	豚肉(もも) 挽き わり納豆 米みそ (淡色辛みそ)	しょうが たまね ぎ こまつな に んじん	260	kcal		麦茶
						10.9	g		ゼリー
2	火	ごはん 鮭のみそ焼き 金平ごぼう すまし汁(キャベツ・かぼちゃ) マスカットゼリー	米 砂糖 油 マ スカットゼリー	さけ 米みそ(淡色 辛みそ)	ごぼう にんじん キャベツ かぼちゃ	250	kcal	小麦・鮭・大豆	麦茶
						10.5	g		せんべい
3	水	食パン 鶏むねのトマト缶煮込み ポテトサラダ 豆乳ポタージュ(こまつな・玉ねぎ)	食パン 油 砂糖 じゃがいも マヨ ネーズ	鶏むね肉 調整豆 乳	たまねぎ トマト 缶 にんじん きゅうり こまつ な クリームコー ン	244	kcal	小麦・鶏肉・大豆	牛乳
						11.8	g		サブレ
4	木	カレーライス チンゲン菜とにんじんのツナ和え すまし汁(えのき・葉ねぎ)	米 じゃがいも 油 小麦粉 砂糖	豚肉(もも) ツナ 水煮缶	たまねぎ にんじん にんにく トマト ピューレー チンゲ ンサイ えのきたけ 葉ねぎ	275	kcal	小麦・豚肉・大豆	麦茶
						10.5	g		クッキー
5	金	ごはん かれいの煮つけ きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(キャベツ・にんじん) オレンジ	米 小麦粉 油 マヨネーズ	かれい 米みそ(淡 色辛みそ)	しょうが きゅうり かぶ コーン キャ ベツ にんじん オ レンジ	244	kcal	小麦・オレンジ・ 大豆	麦茶
						12.2	g		せんべい
8	月	ごはん 鶏肉のカレームニエル だいこんサラダ みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	米 小麦粉 油 マヨネーズ	鶏もも肉 米みそ (淡色辛みそ)	だいこん にんじ ん きゅうり か ぼちゃ ねぎ	248	kcal	小麦・鶏肉・大豆	麦茶
						10.5	g		クッキー
9	火	ごはん さわらの竜田揚げ こまつなともやしのごま和え みそ汁(玉ねぎ・にんじん) オレンジ	米 片栗粉 あげ 油 砂糖 白いり ごま	さわら 米みそ(淡 色辛みそ)	しょうが こまつ な もやし たま ねぎ にんじん オレンジ	278	kcal	小麦・オレンジ・ ごま	麦茶
						9.8	g		マカロニ きなこ
10	水	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(チンゲン菜・ごぼう) マスカットゼリー	米 じゃがいも 砂糖 油 マス カットゼリー	豚肉(もも) 米み そ(淡色辛みそ)	たまねぎ にんじん ブロッコリー ひじ き チンゲンサイ ごぼう	242	kcal	小麦・豚肉・大豆	麦茶
						10.4	g		サブレ
11	木	ミートスパゲッティー キャベツサラダ コンソメスープ(だいこん・しめじ) バナナ	スパゲティ 油 砂糖 小麦粉	豚ひき肉	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコ リー だいこん し めじ バナナ	242	kcal		牛乳
						10.4	g		おやき
12	金	ピビンパ丼 豆腐のジョン(米粉) すまし汁(玉ねぎ・キャベツ)	米 油 砂糖 米 粉	豚ひき肉 木綿豆 腐	だいこん にんじ ん こまつな か ぼちゃ たまねぎ キャベツ	277	kcal		麦茶
						11.9	g		フルーチェ
15	月	ごはん 豚のしょうが焼き こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)	米 砂糖 油 じゃがいも	豚肉(もも) 挽き わり納豆 米みそ (淡色辛みそ)	しょうが たまね ぎ こまつな に んじん	272	kcal	小麦・豚肉・大豆	麦茶
						11.6	g		クッキー
16	火	ごはん 鮭のみそ焼き 金平ごぼう すまし汁(キャベツ・かぼちゃ) マスカットゼリー	米 砂糖 油 マ スカットゼリー	さけ 米みそ(淡色 辛みそ)	ごぼう にんじん キャベツ かぼ ちゃ	250	kcal	小麦・鮭・大豆	麦茶
						10.5	g		サブレ



# 2024年4月 給食献立表



キ ツ ズ	昼 食	3色食品群			給与栄養量		アレルギー	おやつ	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	身体の調子を整えるもの	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分				
17	水	食パン 鶏むねのトマト缶煮込み ポテトサラダ 豆乳ポタージュ(こまつな・玉ねぎ)	食パン 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	鶏むね肉 調整豆乳	たまねぎ トマト 缶 にんじん きゅうり こまつな クリームコーン	244	kcal	小麦・鶏肉・大豆	午前
						11.8	g		午後
18	木	カレーライス チンゲン菜とにんじんのツナ和え すまし汁(えのき・葉ねぎ)	米 じゃがいも 油 小麦粉 砂糖	豚肉(もも) ツナ 水煮缶	たまねぎ にんじん にんにく トマトピューレー チンゲンサイ えのきは 葉ねぎ	244	kcal	小麦・豚肉・大豆	麦茶
						12.2	g		牛乳もち
19	金	ごはん かれのい煮つけ きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(キャベツ・にんじん) オレンジ	米 小麦粉 油 マヨネーズ	かれのい 米みそ(淡色辛みそ)	しょうが きゅうり かぶ コーン キャベツ にんじん オレンジ	248	kcal	小麦・オレンジ・大豆	麦茶
						10.5	g		せんべい
22	月	ごはん 鶏肉のカレームニエル だいこんサラダ みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	米 小麦粉 油 マヨネーズ	鶏もも肉 米みそ(淡色辛みそ)	だいこん にんじん きゅうり かぼちゃ ねぎ	278	kcal	小麦・鶏肉・大豆	麦茶
						9.8	g		せんべい
23	火	ごはん さわらの竜田揚げ こまつなとやしのごま和え みそ汁(玉ねぎ・にんじん) オレンジ	米 片栗粉 あげ油 砂糖 白いり ごま	さわら 米みそ(淡色辛みそ)	しょうが こまつな やし たまねぎ にんじん オレンジ	242	kcal	小麦・オレンジ・ごま	麦茶
						10.4	g		クッキー
24	水	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(チンゲン菜・ごぼう) マスカットゼリー	米 じゃがいも 砂糖 油 マス カットゼリー	豚肉(もも) 米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ にんじん ブロッコリー ひじき チンゲンサイ ごぼう	242	kcal	小麦・オレンジ・大豆・バナナ	麦茶
						10.4	g		プリン
25	木	ミートスパゲッティー キャベツサラダ コンソメスープ(だいこん・しめじ) バナナ	スパゲティ 油 砂糖 小麦粉	豚ひき肉	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー だいこん しめじ バナナ	277	kcal	小麦・豚肉・大豆・バナナ	牛乳
						11.9	g		ホットケーキ
26	金	たけのこごはん 鶏のから揚げ チンゲン菜とにんじんのコーン和え みそ汁(さつまいも・玉ねぎ)	米 砂糖 片栗粉 あげ油 さつまいも	鶏もも肉 米みそ(淡色辛みそ)	たけのこ(水煮) しょうが チンゲンサイ にんじん コーン たまねぎ	286	kcal	小麦	麦茶
						11.1	g		スティックパン
30	火	ごはん 鮭のみそ焼き 金平ごぼう すまし汁(キャベツ・かぼちゃ) マスカットゼリー	米 砂糖 油 マスカットゼリー	さけ 米みそ(淡色辛みそ)	ごぼう にんじん キャベツ かぼちゃ	286	kcal	小麦	麦茶
						11.1	g		せんべい

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
3歳未満	475/19.0/13.2/70.1/1.5未満	251	10.6	5.2	42.2	1.0

## 給食MEMO

進級・入園おめでとうございます。楽しい毎日を過ごせますように。

そして、目の前の給食から”作ってくれた人や食べる前の姿を想像して考えてみる”子どもたち、

「今日の給食はね・・・」と食を話題にする”食べることが好き”な子どもたちになってくれると嬉しいなと思います。

今年も太陽のぬくもりを感じる暖かい春がやってきました。体調を崩さないように気を付けて新生活を楽しく笑顔で過ごしましょう。



☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。☆

