

日付	献立名	材料名	おやつ	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量
03 17 月	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ ツナマヨサラダ 果物	米、発芽玄米/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加みそ、キャベツ、ねぎ、生わかめ/豚ひき肉、食塩、たまねぎ、油、卵、パン粉、たまねぎ、しめじ、洋風だしの素、ウスターソース、ケチャップ/ブロッコリー、にんじん、ツナ水煮缶、マヨネーズ、なたね油、きび砂糖、しょうゆ、酢/キウイフルーツ/牛乳/③小麦粉、木綿豆腐、ゆであずき缶⑩卵、きび砂糖、小麦粉、なたね油、生クリーム、いちご	牛乳 ③お豆腐ぜんざい ⑩誕生日ケーキ	540(432) 22.8(18.3) 16.7(13.4) 1.6(1.3)
04 18 火	ご飯 わかめスープ 鮭の照り焼き スナップエンドウとひき肉の	米、発芽玄米/生わかめ、えのきたけ、だいこん、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、しょうゆ、食塩/さけ、小麦粉、なたね油、しょうゆ、本みりん/スナップえんどう、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、なたね油、片栗粉、酒、しょうゆ/清見オレンジ/牛乳/小麦粉、無塩バター、きび砂糖、干しぶどう、牛乳	牛乳 レーズンクッキー	510(408) 21.9(17.6) 16.3(13.1) 1.1(0.9)
05 19 水	たんめん風うどん 青のりポテト 果物	ゆでうどん、豚肉(もも)、にんじん、キャベツ、緑豆もやし、ねぎ、コーン、さやえんどう、ごま油、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、食塩、しょうゆ、酒、片栗粉/じゃがいも、なたね油、食塩、あおのり/バナナ/牛乳/米、しらす干し、ごま、しそふりかけ⑨煮干、きび砂糖、醤油	牛乳 ゆかりおにぎり ⑨おやつ小魚付き	497(398) 20.4(16.3) 12.1(9.7) 1.6(1.3)
06 20 木	たけのご御飯 味噌汁 玉子焼き 切干大根の煮物 果物	米、たけのこ、油揚げ、にんじん、煮干魚類粉末、根昆布粉末、焼あご粉末、しょうゆ、酒、本みりん/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加みそ、木綿豆腐、こまつな、えのきたけ/卵、鶏ひき肉、ねぎ、干しいたけ、にんじん、油、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、しょうゆ、本みりん/切り干しだいこん、にんじん、きび砂糖、酒、しょうゆ、本みりん/清見オレンジ/牛乳/じゃがいも、とろけるチーズ、片栗粉、牛乳、食塩、なたね油、あおのり	牛乳 のり塩チーズ芋もち	500(400) 20.4(16.3) 19.1(15.3) 1.7(1.4)
07 21 金	ブルコギ丼 わかめスープ ナムル 果物	米、発芽玄米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、にら、ごま油、しょうゆ、本みりん、きび砂糖/わかめ、ねぎ、卵、中華だしの素、しょうゆ、食塩、ごま油/小松菜、にんじん、もやし、しょうゆ、ごま油、すりごま/甘夏/牛乳/小麦粉、白玉粉、ドライイースト、きび砂糖、食塩、こしあん、なたね油	牛乳 ホットク	525(420) 22.2(17.7) 14.5(11.6) 1.3(1.0)
10 24 月	ブルコギ丼 中華スープ 磯和え 果物	米、発芽玄米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、にら、ごま油、しょうゆ、本みりん、きび砂糖/チンゲンサイ、ねぎ、卵、中華だしの素、しょうゆ、食塩、ごま油/キャベツ、にんじん、しょうゆ、焼きのり/甘夏/牛乳/食パン、ねりごま、黒砂糖、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、オリーブ油	牛乳 黒ゴマサンド	507(405) 22.3(17.8) 15.9(12.7) 1.6(1.3)
11 25 火	ご飯 沢煮椀 鶏の青のり焼き ひじき煮 果物	米、発芽玄米/豚肉(もも)、ごぼう、だいこん、ねぎ、にんじん、しいたけ、しょうゆ、食塩、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末/鶏もも肉、しょうゆ、酒、片栗粉、あおのり、ごま油/ひじき、にんじん、大豆水煮缶、きび砂糖、酒、しょうゆ、本みりん、煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末/バナナ/牛乳/卵、きび砂糖、ヨーグルト(無糖)、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、無塩バター	牛乳 ヨーグルトケーキ	508(406) 22.1(17.7) 14.5(11.6) 1.3(1.0)
12 26 水	ご飯 味噌汁 魚のお好み焼き風 肉じゃが 果物	米、発芽玄米/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加みそ、キャベツ、にんじん、生わかめ/かじき、小麦粉、食塩、油、ケチャップ、中濃ソース、かつお節、あおのり/豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、なたね油、きび砂糖、しょうゆ、本みりん/清見オレンジ/牛乳/⑩水、片栗粉、黒砂糖、きな粉、砂糖/クラッカー、スライスチーズ⑫コーンフレーク、ラクトアイス、生クリーム、きび砂糖、いちご(牛乳、きび砂糖、ゼラチン、いちご/食パン、マヨネーズ、青のり、ごま)	牛乳 ⑩わらびもち チーズクラッカーサンド ⑫いちごパフェ	538(430) 22.8(18.3) 15.3(12.2) 1.5(1.2)
13 27 木	肉みそスパゲティ オニオンスープ ブロッコリーのチーズ和え 果物	スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、油、グリーンピース、無添加みそ、しょうゆ、本みりん、片栗粉/たまねぎ、えのきたけ、にんじん、オリーブ油、洋風だしの素、食塩/ブロッコリー、刻みこんぶ、しょうゆ、本みりん、クリームチーズ、ごま油/キウイフルーツ/牛乳/米、しらす干し、生わかめ、ごま、食塩	牛乳 じゃこわかめおにぎり	526(421) 21.2(16.9) 14.9(11.9) 1.9(1.5)
14 28 金	ご飯 味噌汁 魚の胡麻味噌焼き じゃが芋のそぼろ煮 果物	米、発芽玄米/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、無添加みそ、こまつな、たまねぎ、油揚げ/さわか、すりごま、きび砂糖、みそ、本みりん/鶏ひき肉、じゃがいも、グリーンピース、なたね油、しょうゆ、きび砂糖、みりん、片栗粉/甘夏/牛乳/⑩食パン、いちご、きび砂糖、レモン汁⑫ロールパン、小麦粉、ベーキングパウダー、きび砂糖、卵、無塩バター、牛乳	牛乳 ⑬いちごジャムサンド ⑭メロンパン	511(409) 23.5(18.8) 15.7(12.6) 1.5(1.2)
14 28 金	春野菜カレーライス スープ バナナヨーグルト	米、発芽玄米、鶏もも肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、スナップえんどう、カレーパウダー、豆乳/煮干魚類粉末、焼あご粉末、根昆布粉末、キャベツ、ねぎ、コーン、しょうゆ、食塩/バナナ、みかん缶、ヨーグルト(無糖)、きび砂糖/牛乳/小麦粉、ココア(ビュアココア)、きび砂糖、卵、豆乳、なたね油	牛乳 豆乳ブラウニー	576(460) 20.9(16.7) 20.6(16.5) 1.6(1.3)

○食育・行事 ※仕入れの都合により、献立、食材が変更になる場合があります。

- 4・18・14・28日 スナップエンドウ筋取り
- 5・19日 筍の皮むき
- 5・19日 網さや筋取り
- 12・13・26・27日 グリンピースさやむき
- 7日 世界の料理～韓国～
- 13日 いちごジャム作り
- 17日 幼児4月生まれお祝いご飯
- 25日 いちごパフェ(2歳児から)

入園、進級おめでとうございます。

ドキドキワクワクの新生活を給食室から応援しています。

今年度から世界の料理の日を始めます。第1回は韓国です。

これからどんな国の料理が出てくるか楽しみにして下さいね。