

4 月 献 立 表

2019年

やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【O10時のみやつ】 みやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1月	ゆかりご飯 かかれいの磯辺揚げ ほうれん草とツナの和え物 五目汁	牛乳、米、ゆかり、かかれい、片栗粉、サラダ油、食塩、あおのり、ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、さつまいも、だいこん、はさき、にんじん、ねぎ、かつおごぼだし汁、米みそ、牛乳、米、とり肉、こまつな、新揚げ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、食塩	◎牛乳 牛乳 国産ごぼん	615(532) 27.9(22.8) 16.2(15.6) 3.5(2.8)
2火	ご飯 鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーとツナのサラダ 春雨スープ	牛乳、米、とり肉、サラダ油、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油、こまつな、だいこん(葉)、にんじん、水、中華だし、食塩、牛乳、さつまいも、サラダ油、メープルシロップ、砂糖、食塩	◎牛乳 牛乳 メープルポテト	602(527) 26.5(23.7) 16.6(16.3) 4.2(3.2)
3水	ご飯 ひじきバーグ 切干大根の旨煮 みそ汁	牛乳、米、ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ、切り干しだいこん、新揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、牛乳、ピーマン、ぶた肉、たまねぎ、赤ピーマン、ピーマン、サラダ油、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ、カレー粉	◎牛乳 牛乳 カレービーフン	603(533) 24.9(22.4) 19.8(18.8) 4.9(3.9)
4木	ミートソース丼 キャベツとツナのサラダ コーンスープ	牛乳、米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、キャベツ、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、コーン、こまつな、水、中華だし、食塩、牛乳、りんごジュース、りんご、アガー、砂糖	◎牛乳 牛乳 りんごゼリー	560(499) 20.9(19.3) 16.6(16.3) 3.5(2.6)
5金	酢味噌 鶏のから揚げ ほうれん草と大根の和え物 すまし汁	牛乳、米、だいこん(葉)、しょうゆ、さけ、とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、片栗粉、サラダ油、ほうれん草、切り干しだいこん、にんじん、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、えのきたけ、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、白玉粉、上新粉、きんご、砂糖	◎牛乳 牛乳 きんご団子	586(495) 26.3(22.5) 17.3(16.6) 3.7(2.9)
6土	鶏肉の照り焼き丼 かぼちゃの甘煮 みそ汁	牛乳、米、とり肉、しょうゆ、みりん風調味料、酒、しょうが、サラダ油、片栗粉、にんじん、きんごのり、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、新揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ、小麦粉、ももジュース、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 ピーチゼリー	602(526) 25.0(22.9) 19.7(19.5) 4.0(3.1)
8月	ご飯 かじきの竜田揚げ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳、米、かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、サラダ油、こまつな、コーン、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢、新揚げ、さといも、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、小麦粉、ぶた肉、米みそ、みりん風調味料、砂糖、酒、にんじん、ごま油、あおのり	◎牛乳 麦茶 肉味噌おにぎり 青のり煮干し	611(554) 27.0(24.8) 16.0(16.6) 3.2(2.6)
9火	菜の花ご飯 肉じゃが カリフラワーとコーンのサラダ みそ汁	牛乳、米、なばな、こまつな、しょうゆ、さけ、とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しらたき、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒、カリフラワー、コーン、ブロッコリー、サラダ油、酢、砂糖、食塩、だいこん、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、牛乳、米、カレー粉、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、砂糖、カレー粉	◎牛乳 牛乳 おやつキーマライス	634(556) 25.7(22.7) 16.8(16.3) 4.4(3.5)
10水	ご飯 から揚げ南蛮 ほうれん草とツナのサラダ 中華スープ	牛乳、米、とり肉、酒、ニンニク、しょうが、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、水、ねぎ、ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、チンゲンサイ、しめじ、水、中華だし、食塩、牛乳、米、とり肉、にんじん、こまつな、かつおだし汁、米みそ、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつ雑炊	612(543) 30.7(27.2) 17.3(16.9) 3.0(2.4)
11木	ドライカレー キャベツの中華風サラダ オレンジ	牛乳、米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉、キャベツ、ツナ、きゅうり、カットわかめ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、オレンジ、牛乳、白玉粉、上新粉、しょうゆ、砂糖	◎牛乳 牛乳 じょうゆ団子	563(501) 22.0(20.1) 16.1(15.9) 3.4(2.6)
12金	味噌そばろ丼 さつまいもの甘煮 みそ汁	牛乳、米、ぶた肉、にんじん、サラダ油、淡色みそ、砂糖、みりん風調味料、酒、和風だし、水、さつまいも、砂糖、しょうゆ、はくさい、カットわかめ、かつおだし汁、米みそ、牛乳、みかん、りんご、パイ	◎牛乳 牛乳 フルーツカクテル	613(543) 25.4(23.0) 19.0(18.2) 4.4(3.5)
13土	豚豚丼 大根ときゅうりの和え物 みそ汁	牛乳、米、ぶた肉、たまねぎ、食塩、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、こまつな、しめじ、かつおだし汁、米みそ、小麦粉、米、しらす干し、食塩	◎牛乳 麦茶 しらすおにぎり	573(526) 19.8(19.1) 16.1(16.7) 5.0(4.0)
15月	ご飯 さばのみそ煮風焼き ほうれん草とツナの和え物 すまし汁	牛乳、米、さば、米みそ、しょうが、酒、みりん風調味料、砂糖、水、ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、さといも、新揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、米、しらす干し、ごま油、ねぎ、しょうゆ、切り干し	◎牛乳 牛乳 じゃこふりかけご飯	598(510) 28.1(23.0) 18.8(16.9) 3.0(2.4)
16火	わかめおでこ 鶏のから揚げ ブロッコリーとコーンのサラダ オレンジ	牛乳、米、焼き込みわかめ、とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、片栗粉、サラダ油、ブロッコリー、コーン、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油、オレンジ、牛乳、米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、ごま油、しょうゆ、食塩	◎牛乳 牛乳 チャーハン風	607(534) 33.5(29.3) 14.5(14.6) 3.0(2.4)

4 月 献 立 表

2019年

やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【O10時のみやつ】 みやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17水	ご飯 かみかみバーグ 切り昆布の旨煮 みそ汁	牛乳、米、ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、赤ピーマン、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ、刻み昆布、にんじん、新揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ、牛乳、りんごジュース、にんじん、砂糖、アガー	◎牛乳 牛乳 キャロットゼリー	545(484) 22.7(20.5) 16.0(15.5) 5.6(4.4)
18木	ご飯 肉団子の甘酢がけ 小松菜のおかか和え すまし汁	牛乳、米、ぶた肉、たまねぎ、片栗粉、酒、しょうゆ、ひじき、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうが、ごま油、片栗粉、こまつな、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節、えのきたけ、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、米、ぶた肉、コーン、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつミートライス	632(556) 26.5(23.7) 19.5(18.6) 3.8(3.0)
19金	野菜あんかけ丼 キャベツの塩こんぶ和え けんちん汁	牛乳、米、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油、キャベツ、塩こんぶ、ごま油、とり肉、だいこん、ごぼう、さといも、新揚げ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、小麦粉、じゃがいも、サラダ油、食塩	◎牛乳 麦茶 フライドポテト	563(501) 21.2(19.2) 22.3(20.7) 4.6(3.7)
20土	親子遠足のため給食はありません			
22月	ごきつねご飯 ししゃものから揚げ 大根ときゅうりの和え物 すまし汁	牛乳、米、とり肉、新揚げ、にんじん、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒、しょうゆ、水、サラダ油、片栗粉、切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、新揚げ、ほうれん草、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、さつまいも、食塩	◎牛乳 牛乳 蒸し草	576(504) 23.7(21.5) 17.3(16.9) 4.1(3.2)
23火	フラワーライス カレーから揚げ ブロッコリーとツナのサラダ 肉団子スープ	牛乳、米、ぶた肉、にんじん、コーン、サラダ油、食塩、ケチャップ、砂糖、焼きのり、とり肉、ニンニク、カレー粉、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉、サラダ油、ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油、とり肉、しょうが、たまねぎ、片栗粉、はるさめ、ねぎ、水、しょうゆ、中華だし、牛乳、アガー、砂糖、みかん、もも、ももジュース	◎牛乳 牛乳 ブルーーツゼリー	629(550) 32.1(27.9) 18.3(17.5) 3.8(3.0)
24水	ご飯 豚だごん 鶏と油揚げの旨煮 菜の花汁	牛乳、米、ぶた肉、だいこん、にんじん、こんにゃく、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁、サラダ油、とり肉、切り干しだいこん、新揚げ、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、サラダ油、カットわかめ、なばな、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、牛乳、さつまいも、砂糖	◎牛乳 牛乳 スイートポテト	588(522) 18.9(17.6) 19.6(18.7) 5.4(4.3)
25木	ドライカレー キャベツとミカンの酢の物 りんご	牛乳、米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、コーン、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉、キャベツ、カットわかめ、みかん、酢、砂糖、しょうゆ、食塩、ごま油、りんご、牛乳、ピーマン、ぶた肉、赤ピーマン、にんじん、にら、干しいたけ、サラダ油、しいたけだし汁、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ	◎牛乳 牛乳 五目ビーフン	594(529) 20.9(19.4) 18.8(18.0) 4.7(3.8)
26金	マーボー春雨丼 かぼちゃの甘煮 中華スープ	牛乳、米、ぶた肉、はるさめ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ニンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉、かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、チンゲンサイ、コーン、水、中華だし、食塩、牛乳、米、ひじき、ツナ、新揚げ、ねぎ、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒	◎牛乳 牛乳 ひじきとツナご飯	636(561) 23.7(21.6) 19.7(18.8) 4.9(4.0)
27土	豚味噌汁 ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁	牛乳、米、ぶた肉、酒、食塩、たまねぎ、赤ピーマン、米みそ、砂糖、サラダ油、ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油、新揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ、小麦粉、ぶた肉、さといも、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 ぶどうゼリー	575(524) 16.9(16.7) 19.0(18.9) 3.9(3.1)
※食材の都合により献立が変更する場合があります。 ※図で初めて食べる食材がないようにしてください。				