

4月献立表

やしお花桃保育園

2020年

日付	献立名	材料名	【1010時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 水	けんちんうどん ほうれん草とツナの和え物 りんご	牛乳/ゆでうどん、とりも、だいこん、にんじん、きんぎょ、ごぼう、干しいたけ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、みりん/風調味料/ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/りんご/牛乳/米、みみそ、砂糖、みりん/風調味料	◎ 牛乳 牛乳 五平餅	562(499) 22.2(20.3) 15.4(15.3) 5.9(4.5)
2 木	わかめご飯 鶏のから揚げ 大根ときゅうりのサラダ ポトフ	牛乳/米、炊き込みわかめ/とり肉、ニンニク、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉、サラダ油/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/とりも、たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩/牛乳/米、とりも、はくさい、にんじん、ねぎ、干しいたけ、かつおだし汁、みりん/風調味料、しょうゆ、片栗粉	◎ 牛乳 牛乳 あんかけご飯	592(525) 28.4(25.2) 16.8(16.4) 4.1(3.2)
3 金	ドライカレー ピーマンサラダ オレンジ	牛乳/米、食塩、パセリ粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、みみそ、カレー粉/ピーマン、キャベツ、きゅうり、コーン、しょうゆ、酢、砂糖、食塩、ごま油/オレンジ/牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、ねぎ、サラダ油、しょうゆ、酒、食塩	◎ 牛乳 牛乳 高菜チヤンソング	622(549) 23.9(21.7) 19.0(18.0) 3.0(2.4)
4 土	豚丼 里芋のそぼろ煮 みそ汁	牛乳/米、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ、砂糖、みりん/風調味料、酒/里芋、ツナ、サラダ油、さといも、しょうゆ、砂糖、ほんだし、水、片栗粉/油揚げ、こまつな、かつおだし汁、みみそ/麦茶/ぶどうジュース、アガー、砂糖	◎ 牛乳 麦茶 ぶどうゼリー	581(530) 16.9(16.8) 19.8(19.7) 4.6(3.7)
6 月	ご飯 豚肉の香味焼き 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳/米/ぶた肉、ねぎ、ニンニク、しょうゆ、しょうゆ、酒、サラダ油/こまつな、コーン、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢/油揚げ、さといも、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/白玉粉、上新粉、きんぎょ、砂糖	◎ 牛乳 牛乳 きんぎょ子	603(532) 29.8(26.4) 18.2(17.2) 3.4(2.7)
7 火	ゆかりご飯 肉じゃが キャベツの塩こんぶ和え みそ汁	牛乳/米、ゆかり/ぶた肉、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/キャベツ、塩こんぶ、ごま油/なめこ、カットわかめ、かつおだし汁、みみそ/牛乳/スパゲティ、たまねぎ、ツナ、ピーマン、ケチャップ、サラダ油、食塩	◎ 牛乳 牛乳 おやつスパゲティ	593(522) 20.7(18.8) 20.0(18.8) 5.7(4.5)
8 水	肉うどん ほうれん草とツナの和え物 りんご	牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ねぎ、サラダ油、しょうゆ、みりん/風調味料、水、ほんだし/ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/りんご/牛乳/米、とりも、ごぼう、にんじん、干しいたけ、ごんたやく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん/風調味料、酒	◎ 牛乳 牛乳 五目おにぎり	601(533) 21.4(19.7) 24.7(22.8) 5.2(4.1)
9 木	味噌そぼろ丼 さつまいもの甘煮 豚汁	牛乳/米、ぶた肉、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ニンニク、鶏ささみ、みりん/風調味料、酒、ごま油/さつまいも、砂糖、しょうゆ/とり肉、だいこん、にんじん、ごぼう、ごんたやく、ねぎ、油揚げ、サラダ油、かつおだし汁、みみそ/牛乳/じゃがいも、サラダ油、食塩、あおのり	◎ 牛乳 牛乳 フライドポテト@青のり	595(528) 23.8(21.7) 18.7(18.0) 4.8(3.8)
10 金	ご飯 肉団子の甘酢がけ 切干大根の煮物 菜の花汁	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、にんじん、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/切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん/風調味料/カットわかめ、ななめ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/ももジュース、アガー、砂糖	◎ 牛乳 牛乳 ピーチゼリー	592(522) 23.2(21.1) 19.8(18.9) 4.3(3.4)
11 土	鶏肉の塩焼き丼 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁	牛乳/米、とりも、にんじん、中華だし、食塩、酒、砂糖、サラダ油、片栗粉、きんぎょのり/ブロッコリー、コーン、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/油揚げ、こまつな、かつおだし汁、みみそ/麦茶/米、かつお節、しょうゆ、みりん/風調味料	◎ 牛乳 麦茶 おかかおにぎり	597(526) 26.1(23.9) 18.2(18.3) 3.8(3.0)
13 月	豚味噌丼 小松菜のおかか和え すまし汁	牛乳/米、ぶた肉、酒、食塩、たまねぎ、赤ピーマン、みみそ、砂糖、サラダ油、キャベツ/こまつな、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節/焼ふ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/白玉粉、上新粉、砂糖、しょうゆ、片栗粉、水	◎ 牛乳 牛乳 みたらし団子	591(511) 18.7(17.2) 21.2(20.0) 3.1(2.4)
14 火	菜飯おにぎり 鶏のから揚げ ポテトツナサラダ オレンジ	牛乳/米、菜飯/とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、ニンニク、片栗粉、サラダ油、カレー粉/じゃがいも、にんじん、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、食塩/オレンジ/牛乳/食塩、ブルーベリージャム	◎ 牛乳 牛乳 ブルーベリージャムサンド	592(524) 27.4(24.6) 16.7(16.4) 2.5(2.0)
15 水	スープスパゲティ ブロッコリーときこのサラダ いちご	牛乳/スパゲティ、サラダ油、ニンニク、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、こまつな、マッシュルーム、水、コンソメ、食塩、酒、パセリ粉/ブロッコリー、しめじ、えのきたけ、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖、食塩/いちご/牛乳/米、ひじき、ツナ、油揚げ、ねぎ、ごま油、しょうゆ、砂糖、酒	◎ 牛乳 牛乳 ひじきご飯	566(502) 23.0(20.8) 15.4(15.3) 6.3(4.8)
16 木	ご飯 かみかみバーグ キャベツの中華風サラダ みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、れんこん、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ/キャベツ、にんじん、とり肉、きゅうり、塩こんぶ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/なめこ、ねぎ、かつおだし汁、みみそ/牛乳/ピーマン、ぶた肉、たまねぎ、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	592(526) 28.6(25.4) 18.6(17.9) 4.3(3.4)

4月献立表

やしお花桃保育園

2020年

日付	献立名	材料名	【1010時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 金	ご飯 豚だれいこ 小松菜の煮浸し すまし汁	牛乳/米/ぶた肉、だいこん、にんじん、ごんたやく、みみそ、砂糖、しょうゆ、みりん/風調味料、かつおだし汁、サラダ油/こまつな、にんじん、油揚げ、かつおこんぶだし汁、しょうゆ、みりん/風調味料/焼ふ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ごま油、ウスターソース、あおのり	◎ 牛乳 牛乳 おやつ焼うどん	575(499) 19.6(17.7) 23.0(20.8) 4.4(3.3)
18 土	あんかけ焼きそば きゅうりの塩こんぶ和え わかめスープ	牛乳/焼そばめん、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/きゅうり、塩こんぶ、食塩、ごま油/カットわかめ、ねぎ、水、中華だし、食塩/麦茶/米、ゆかり	◎ 牛乳 麦茶 ゆかりおにぎり	595(542) 19.6(18.9) 23.2(22.4) 4.5(3.6)
20 月	ご飯 から揚げ南蛮 チンゲン菜とコーンのナムル 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/チンゲンサイ、コーン、にんじん、しょうゆ、ごま油/はるさめ、にら、水、中華だし、食塩/牛乳/米、ぶた肉、みみそ、みりん/風調味料、砂糖、酒	◎ 牛乳 牛乳 肉味噌おにぎり 背の煮干し	599(533) 26.5(23.9) 16.2(16.0) 2.6(2.1)
21 火	スパゲティミートソース キャベツときゅうりのサラダ コンソメスープ	牛乳/スパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、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、みみそ、コンソメ/キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/かぼ、カットわかめ、水、コンソメ、食塩/牛乳/米、とりも、しめじ、えのきたけ、にんじん、ごんたやく、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん/風調味料、酒	◎ 牛乳 牛乳 きのこご飯	590(523) 25.5(23.0) 17.4(17.0) 8.2(6.5)
22 水	ご飯 中華風グリルチキン ブロッコリーとツナのサラダ 白菜スープ	牛乳/米/とり肉、おろししょうが、ニンニク、しょうゆ、みりん/風調味料、ごま油/ブロッコリー、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/はくさい、にんじん、とり肉、水、コンソメ、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	583(491) 23.5(19.6) 20.1(17.7) 3.6(2.7)
23 木	ご飯 ひじきバーグ かぼちゃの甘煮 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/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖/なめこ、カットわかめ、かつおだし汁、みみそ/牛乳/米、ぶた肉、ねぎ、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、中華だし、食塩	◎ 牛乳 牛乳 チャーハン風	597(529) 26.0(23.2) 15.3(15.3) 6.2(4.9)
24 金	野菜あんかけ丼 きゅうりの塩こんぶ和え 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/きゅうり、塩こんぶ、食塩、ごま油/とり肉、だいこん、しめじ、さつまいも、油揚げ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/じゃがいも、サラダ油、コンソメ	◎ 牛乳 牛乳 フライドポテト@コンソメ	570(507) 20.3(18.4) 23.1(21.4) 3.9(3.1)
25 土	親子遠足のため給食はありません			
27 月	ピザ 春雨サラダ かぼのスープ	牛乳/米、ぶた肉、しょうが、ニンニク、みみそ、砂糖、酒、こまつな、にんじん、ごま油、食塩/はるさめ、きゅうり、コーン、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/かぼ、カットわかめ、水、コンソメ、食塩/牛乳/マカロニ、スパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、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、みみそ、コンソメ	◎ 牛乳 牛乳 おやつミートパネ	555(475) 24.1(20.1) 19.3(17.0) 4.6(3.6)
28 火	フワフワライス 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーとコーンのサラダ 肉団子スープ	牛乳/米、炊き込みわかめ、焼のり/とり肉、しょうゆ、酒、マーマレード/ブロッコリー、にんじん、コーン、ほんだし、しょうゆ、砂糖、ごま油/とり肉、ひじき、たまねぎ、しょうが、片栗粉、こまつな、水、しょうゆ、中華だし/牛乳/アガー、砂糖、みかん、もも、りんごジュース	◎ 牛乳 牛乳 フルーツゼリー	572(508) 26.0(23.5) 18.6(17.9) 3.2(2.5)
29 水	祝日<昭和の日>			
30 木	きのこカレーうどん ほうれん草とツナの和え物 オレンジ	牛乳/ゆでうどん、こまつな、とりも、干しいたけ、しめじ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、酒、食塩、カレー粉、片栗粉/ほうれん草、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/オレンジ/牛乳/米、とり肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒	◎ 牛乳 牛乳 鶏そぼろおにぎり	576(489) 25.5(22.1) 15.7(15.4) 3.8(2.9)

※食材の都合により献立が変更する場合があります。
※圖で初めて食べる食材がないようにしてください。