

給食献立表

普通食



令和3年4月

エンゼルステーション保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
4月1日	ミートソースバグティ ひじきサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	スパゲッティ、オリーブ 油、小麦粉、マヨネーズ、 米	豚ひき肉、ひじき、ツナ、 大豆、鶏ひき肉、油揚げ、 かつお粉、いりこ	人参、玉ねぎ、トマト、ど うもろこし、きゅうり、し いたけ、三つ葉、バナナ	566	21.6	15.9	1.6
4月2日	麦ごはん 肉じゃが 干草煮 味噌汁	ドロップクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、しらた き、サラダ油、砂糖、小麦 粉、バター、胡麻	豚肉、油揚げ、わかめ、味 噌、かつお粉、スキムミル ク、鶏卵、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげ ん、ほうれん草、もやし、 りんご	523	19.0	14.3	1.7
4月5日	カレーライス 小松菜の胡麻和え いちご	スコーン いりこ	米、麦、じゃが芋、カレ ールウ、砂糖、胡麻、小麦 粉、ベーキングパウダー、 ココア、バター	豚肉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんにく、 生姜、小松菜、いちご	524	15.2	15.1	2.2
4月6日	麦ごはん ミートローフ まめ豆サラダ 中華コーンスープ	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、蒸し パンミックス、片栗粉	豚肉、大豆、魚肉ソーセ ージ、かつお粉、牛乳、いり こ	玉ねぎ、人参、どうもろこ し、グリーンピース、枝豆、 チンゲン菜、ねぎ、ブルー ン	527	23.9	19.5	2.2
4月7日	麦ごはん カレイのオランダ風あんかけ 野菜炒め 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、小麦粉、サラダ 油、プリン	カレイ、鶏卵、味噌、かつ お粉	パプリカ、玉ねぎ、ピーマ ン、キャベツ、人参、もや し、にら、南瓜、しめじ	522	25.1	15.3	1.4
4月8日	麦ごはん 豚肉と生揚げの甘味噌炒め キャベツのお浸し 野菜スープ	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻油、じゃが 芋、砂糖、さつま芋	豚肉、生揚げ、味噌、かつ お粉、ウインナー、寒天、 牛乳、いりこ	キャベツ、にら、パプリ カ、玉ねぎ、人参	524	21.1	13.8	1.6
4月9日	けんちんうどん 納豆天ぷら オレンジ	しらすトースト いりこ	うどん、小麦粉、サラダ 油、食パン、マヨネーズ	鶏肉、豆腐、納豆、鶏卵、 しらす、青のり、チーズ、 いりこ	人参、ごぼう、れんこん、 ねぎ、オレンジ、大根	550	23.1	20.5	2.1
4月12日	麦ごはん レバーカツ ツナ入り野菜サラダ 味噌汁	さつま芋のレモン煮 いりこ	米、麦、小麦粉、パン粉、 サラダ油、マヨネーズ、さ つま芋、砂糖	豚レバー、鶏卵、昆布、ス キムミルク、味噌、かつお 粉、いりこ、ツナ	キャベツ、生姜、きゅう り、トマト、みかん、小松 菜、えのきだけ、レモン果 汁	505	20.6	10.6	1.6
4月13日	ひじき入り炒飯 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜のスープ	きな粉バナナ 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、じゃが 芋、砂糖、胡麻油	ひじき、しらす、鶏卵、鶏 ひき肉、きな粉、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、さやいんげ ん、チンゲン菜、えのきだ け、バナナ	489	18.0	12.5	1.4
4月14日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、 砂糖、サラダ油、里 芋、ホットケーキミッ クス、パン粉	鮭、油揚げ、わかめ、 味噌、かつお粉、豆 腐、牛乳、いりこ	切り干し大根、人参、 しいたけ、さやえんどう	566	23.6	17.5	1.9
4月15日	焼うどん ポテトグラタン りんご	ジャムパン いりこ	うどん、サラダ油、 じゃが芋、コッペパ ン、マーメイドジャ ム	豚肉、かつお節、ベー コン、チーズ、生ク リーム、いりこ	人参、キャベツ、もや し、玉ねぎ、パセリ、 りんご	514	18.2	17.1	1.8
4月16日	麦ごはん ホークチャップ 野菜の納豆和え 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、ホッ トケーキミックス、サ ラダ油	豚肉、納豆、豆腐、味 噌、かつお粉、牛乳、 いりこ	玉ねぎ、しめじ、ほう れん草、人参、えのき だけ、なめこ、ねぎ、 ごぼう	550	24.4	14.4	1.7
4月19日	麦ごはん 肉豆腐 小松菜としめじの炒め物 味噌汁	ガレット 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、オ リーブ油、じゃが芋、 小麦粉、バター、砂糖	豆腐、豚肉、ベー コン、ひじき、味噌、か つお粉、鶏卵、チー ーズ、スキムミルク、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーン ピース、小松菜、しめ じ、ねぎ、パセリ	544	23.2	18.4	2.2
4月20日	麦ごはん にらハンバーグ ポテトサラダ 澄まし汁	揚げパンシュガー いりこ	米、麦、片栗粉、じゃ が芋、マヨネーズ、 コッペパン、砂糖、サ ラダ油	豚ひき肉、鶏卵、ツ ナ、かつお粉、わか め、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、 ブロッコリー、だけの こ、えのきだけ	569	20.3	20.7	2.2
4月21日	麦ごはん かつおの生姜煮 じゃが芋ソテー 味噌汁	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが 芋、サラダ油、白玉粉	かつお、ベーコン、生 揚げ、味噌、かつお 粉、牛乳、チーズ、い りこ	生姜、人参、ピーマ ン、ほうれん草	539	26.9	13.6	1.6
4月22日	カレーライス ひじきと枝豆のサラダ りんご	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カ レールウ、砂糖、胡麻 油、蒸しパンミックス	鶏肉、大豆、ひじき、 牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんに く、生姜、枝豆、小松 菜、りんご、もやし、 きゅうり	482	16.7	15.3	2.2
4月23日	麦ごはん 鶏のから揚げ 胡麻サラダ グレープフルーツ	オレンジケーキ いりこ	米、麦、片栗粉、サラ ダ油、胡麻、ホット ケーキミックス、パ ター、マヨネーズ	鶏肉、いりこ	生姜、にんにく、ほう れん草、レタス、人 参、きゅうり、どうも ろこし、オレンジ果 汁、グレープフルーツ	534	17.2	19.3	1.0
4月26日	和風スパゲティ ブロッコリーのおかか煮 バナナ	いなり寿司 いりこ	スパゲティ、オリーブ 油、米、砂糖、胡麻	ロースハム、海苔、か つお節、油揚げ、いり こ	玉ねぎ、人参、えのき だけ、しいたけ、なめ こ、ブロッコリー、パ ナナ	510	18.8	11.5	1.5
4月27日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とじ 春雨ナムル 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、さつま 芋、砂糖、胡麻、胡麻 油、ホットケーキミッ クス	鶏肉、鶏卵、わかめ、 味噌、かつお粉、牛 乳、いりこ	人参、えのきだけ、し めじ、きゅうり、もや し、ねぎ、どうもろこ し、グリーンピース	565	20.8	14.0	2.0
4月28日	麦ごはん カジキのオーロラソース 南瓜のそぼろ煮 味噌汁	パン粉クッキー 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、パ ン粉、小麦粉、ベーキ ングパウダー、パ ター、砂糖、マヨネ ーズ	めかじき、鶏ひき肉、 油揚げ、味噌、かつお 粉、スキムミルク、鶏 卵、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマ ン、南瓜、キャベツ	576	22.6	20.7	1.6
4月30日	こいのぼりライス 鶏の照り焼き りんご	柏餅 ホットケーキ0.1歳児 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ 油、バター、ホッ トケーキミックス	鶏肉、ちくわ、いりこ	人参、りんご、ぶどう 果汁、もも、たまね ぎ、きゅうり、ブロッ コリー	449	17.5	11.3	1.5



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
※ () で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。





給食献立表

離乳食



令和3年4月

エンゼルステーション保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
4月1日	ミートソーススパゲティ	ひじきサラダ	バナナ	赤ちゃんせんべい	スパゲッティ、人参、玉ねぎ、鶏ひき肉、トマト、ひじき、大豆、とうもろこし、きゅうり、バナナ、赤ちゃんせんべい、ツナ
4月2日	お粥	肉じゃが、干草煮	味噌汁	ドロップクッキー	米、鶏ささみ、じゃが芋、玉ねぎ、人参、さやいんげん、ほうれん草、油揚げ、もやし、わかめ、小麦粉、りんご、胡麻
4月5日	野菜粥	小松菜の胡麻和え	いちご	ホットケーキ	米、鶏ひき肉、じゃが芋、人参、小松菜、胡麻、いちご、小麦粉、ベーキングパウダー
4月6日	お粥	ミートローフ、まめ豆サラダ	中華コーンスープ	蒸しパン	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、とうもろこし、グリーンピース、トマト、枝豆、クリームコーン、チンゲン菜、ねぎ、蒸しパンミックス、ブルーベリー、大豆
4月7日	お粥	カレイのオランダ風あんかけ、野菜炒め	味噌汁	オレンジゼリー	米、カレイ、パプリカ、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、もやし、南瓜、しめじ、オレンジゼリー、にら
4月8日	お粥	ささみと生揚げの甘味噌煮、キャベツのお浸し	野菜スープ	芋ようかん	米、鶏ささみ、生揚げ、キャベツ、にら、パプリカ、キャベツ、かつお節、じゃが芋、玉ねぎ、人参、さつま芋、寒天
4月9日	けんちんうどん	納豆と人参の和えもの	オレンジ	パン	うどん、豆腐、大根、人参、ごぼう、れんこん、ねぎ、納豆、オレンジ、食パン
4月12日	お粥	レバーのトマト煮、ツナ入り野菜サラダ	味噌汁	さつま芋のレモン煮	米、鶏レバー、トマト、ツナ、キャベツ、きゅうり、みかん、小松菜、昆布、えのきたけ、さつま芋、レモン果汁
4月13日	ひじき粥	野菜のそぼろ煮	チンゲン菜のスープ	きな粉バナナ	米、しらす、ひじき、人参、鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、さやいんげん、チンゲン菜、えのきたけ、バナナ、きな粉
4月14日	お粥	鮭のパン粉焼き、切り干し大根の煮物	味噌汁	ホットケーキ	米、鮭、パン粉、切り干し大根、油揚げ、人参、しいたけ、さやえんどう、里芋、わかめ、ホットケーキミックス、豆腐
4月15日	煮込みうどん	マッシュポテト	りんご	パン	うどん、鶏ささみ、人参、キャベツ、もやし、かつお節、じゃが芋、玉ねぎ、チーズ、パセリ、りんご、コッペパン
4月16日	お粥	チキンチャップ、野菜の納豆和え	味噌汁	ホットケーキ	米、鶏ささみ、玉ねぎ、しめじ、トマト、納豆、ほうれん草、人参、えのきたけ、豆腐、なめこ、ホットケーキミックス、ごぼう
4月19日	お粥	肉豆腐、小松菜としめじの炒め物	味噌汁	粉ふき芋	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、しめじ、ねぎ、ひじき、じゃが芋、パセリ
4月20日	お粥	にらハンバーグ、ポテトサラダ	澄まし汁	パン	米、鶏ひき肉、にら、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ブロッコリー、ツナ、わかめ、えのきたけ、コッペパン、片栗粉
4月21日	お粥	カジキの煮付け、じゃが芋ソテー	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、めかじき、じゃが芋、人参、ピーマン、生揚げ、ほうれん草、赤ちゃんビスケット
4月22日	野菜粥	ひじきと枝豆のサラダ	りんご	蒸しパン	米、大豆、じゃが芋、人参、玉ねぎ、ひじき、枝豆、小松菜、もやし、きゅうり、りんご、蒸しパンミックス
4月23日	お粥	ささみの甘酢煮、胡麻サラダ	味噌汁	ホットケーキ	米、鶏ささみ、ほうれん草、レタス、人参、きゅうり、わかめ、ホットケーキミックス、とうもろこし、胡麻
4月26日	和風スパゲティ	ブロッコリーのおかか煮	バナナ	赤ちゃんせんべい	スパゲッティ、玉ねぎ、人参、えのきたけ、なめこ、しいたけ、海苔、鶏ひき肉、バナナ、赤ちゃんせんべい、ブロッコリー、かつお節
4月27日	鶏ときのこのあんかけ丼	春雨サラダ	味噌汁	ホットケーキ	米、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、えのきたけ、しめじ、片栗粉、春雨、きゅうり、もやし、わかめ、胡麻、さつま芋、ねぎ、ホットケーキミックス、とうもろこし、グリーンピース
4月28日	お粥	カジキのトマト煮、南瓜のそぼろ煮	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、めかじき、人参、玉ねぎ、ピーマン、南瓜、鶏ひき肉、キャベツ、油揚げ、赤ちゃんビスケット、トマト
4月30日	トマトリゾット	ブロッコリーの煮浸し	りんご	ホットケーキ	米、鶏ひき肉、人参、キャベツ、りんご、トマト、ブロッコリー、玉ねぎ

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。
 エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。



給食献立表

卵除去食



令和3年4月

エンゼルステーション保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
4月1日	ミートソースパグティ ひじきサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	スパゲティ、オリーブ油、小麦粉、マヨドレ、米	豚ひき肉、ひじき、ツナ、大豆、鶏ひき肉、油揚げ、かつお粉、いりこ	人参、玉ねぎ、トマト、とうもろこし、きゅうり、しいたけ、三つ葉、バナナ	566	21.6	15.9	1.6
4月2日	麦ごはん 肉じゃが 干草煮 味噌汁	ドロップクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、しらたき、サラダ油、砂糖、小麦粉、バター、胡麻	豚肉、油揚げ、わかめ、味噌、かつお粉、スキムミルク、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、ほうれん草、もやし、りんご	523	19.0	14.3	1.7
4月5日	カレーライス 小松菜の胡麻和え いちご	スコーン いりこ	米、麦、じゃが芋、カレールフ、砂糖、胡麻、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、バター	豚肉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、小松菜、いちご	524	15.2	15.1	2.2
4月6日	麦ごはん ミートローフ まめ豆サラダ 中華コンスープ	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、蒸しパンミックス、片栗粉	豚肉、大豆、魚肉ソーセージ、かつお粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、グリーンピース、枝豆、チンゲン菜、ねぎ、フルーツ	527	23.9	19.5	2.2
4月7日	麦ごはん カレイのオランダ風あんかけ 野菜炒め 味噌汁	オレンジゼリー いりこ	米、麦、小麦粉、サラダ油、オレンジゼリー	カレイ、味噌、かつお粉	パプリカ、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、もやし、にら、南瓜、しめじ	522	25.1	15.3	1.4
4月8日	麦ごはん 豚肉と生揚げの甘味噌炒め キャベツのお浸し 野菜スープ	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻油、じゃが芋、砂糖、さつま芋	豚肉、生揚げ、味噌、かつお節、寒天、牛乳、いりこ	キャベツ、にら、パプリカ、玉ねぎ、人参	524	21.1	13.8	1.6
4月9日	けんちんうどん 納豆天ぷら オレンジ	しらすトースト いりこ	うどん、小麦粉、サラダ油、食パン、マヨドレ	鶏肉、豆腐、納豆、しらす、青のり、チーズ、いりこ	人参、ごぼう、れんこん、ねぎ、オレンジ、大根	550	23.1	20.5	2.1
4月12日	麦ごはん レバーカツ ツナ入り野菜サラダ 味噌汁	さつま芋のレモン煮 いりこ	米、麦、小麦粉、パン粉、サラダ油、マヨドレ、さつま芋、砂糖	豚レバー、昆布、スキムミルク、ツナ、味噌、かつお粉、いりこ	キャベツ、生姜、きゅうり、トマト、みかん、小松菜、えのきたけ、レモン果汁	505	20.6	10.6	1.6
4月13日	ひじき入り炒飯 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜のスープ	きな粉バナナ 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、じゃが芋、砂糖、胡麻油	ひじき、しらす、鶏ひき肉、きな粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、さやいんげん、チンゲン菜、えのきたけ、バナナ	489	18.0	12.5	1.4
4月14日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、砂糖、サラダ油、里芋、ホットケーキミックス、パン粉	鮭、油揚げ、わかめ、味噌、かつお粉、豆腐、牛乳、いりこ	切り干し大根、人参、しいたけ、さやえんどう	566	23.6	17.5	1.9
4月15日	焼うどん ポテトグラタン りんご	ジャムパン いりこ	うどん、サラダ油、じゃが芋、コッペパン、マーメイドジャム	豚肉、かつお節、チーズ、生クリーム、いりこ	人参、キャベツ、もやし、玉ねぎ、パセリ、りんご	514	18.2	17.1	1.8
4月16日	麦ごはん ホークチャップ 野菜の納豆和え 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、ホットケーキミックス、サラダ油	豚肉、納豆、豆腐、味噌、かつお粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、人参、えのきたけ、なめこ、ねぎ、ごぼう	550	24.4	14.4	1.7
4月19日	麦ごはん 肉豆腐 小松菜としめじの炒め物 味噌汁	カレット 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、オリーブ油、じゃが芋、小麦粉、バター、砂糖	豆腐、豚肉、ひじき、味噌、かつお粉、チーズ、スキムミルク、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、しめじ、ねぎ、パセリ	544	23.2	18.4	2.2
4月20日	麦ごはん にらハンバーグ ポテトサラダ 澄まし汁	揚げパンシュガー いりこ	米、麦、片栗粉、じゃが芋、マヨドレ、コッペパン、砂糖、サラダ油	豚ひき肉、ツナ、かつお粉、わかめ、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、たけのこ、えのきたけ	569	20.3	20.7	2.2
4月21日	麦ごはん かつおの生姜煮 じゃが芋ソテー 味噌汁	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、サラダ油、白玉粉	かつお、生揚げ、味噌、かつお粉、牛乳、チーズ、いりこ	生姜、人参、ピーマン、ほうれん草	539	26.9	13.6	1.6
4月22日	カレーライス ひじきと枝豆のサラダ りんご	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレールフ、砂糖、胡麻油、蒸しパンミックス	鶏肉、大豆、ひじき、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、枝豆、小松菜、りんご、もやし、きゅうり	482	16.7	15.3	2.2
4月23日	麦ごはん 鶏のから揚げ 胡麻サラダ グレープフルーツ	オレンジケーキ いりこ	米、麦、片栗粉、サラダ油、胡麻、ホットケーキミックス、バター、マヨドレ	鶏肉、いりこ	生姜、にんにく、ほうれん草、レタス、人参、きゅうり、とうもろこし、オレンジ果汁、グレープフルーツ	534	17.2	19.3	1.0
4月26日	和風スパゲティ ブロッコリーのおかか煮 バナナ	いなり寿司 いりこ	スパゲティ、オリーブ油、米、砂糖、胡麻	海苔、かつお節、油揚げ、いりこ	玉ねぎ、人参、えのきたけ、しいたけ、なめこ、ブロッコリー、バナナ	510	18.8	11.5	1.5
4月27日	麦ごはん 鶏ときのこのあんかけ 春雨ナムル 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、さつま芋、砂糖、胡麻、胡麻油、ホットケーキミックス	鶏肉、わかめ、味噌、かつお粉、牛乳、いりこ	人参、えのきたけ、しめじ、きゅうり、もやし、ねぎ、とうもろこし、グリーンピース	565	20.8	14.0	2.0
4月28日	麦ごはん カジキのオーロラソース 南瓜のそぼろ煮 味噌汁	パン粉クッキー 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、パン粉、小麦粉、ベーキングパウダー、バター、砂糖、マヨドレ	めかじき、鶏ひき肉、油揚げ、味噌、かつお粉、スキムミルク、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマン、南瓜、キャベツ	576	22.6	20.7	1.6
4月30日	こいのぼりライス 鶏の照り焼き りんご	柏餅 ホットケーキ0.1歳児 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、バター、ホットケーキミックス	鶏肉、ちくわ、いりこ	人参、りんご、ぶどう果汁、もも、たまねぎ、きゅうり、ブロッコリー	449	17.5	11.3	1.5

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
 ※()で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。
 ※赤字は普通メニューと変更になっています。
 ※マヨネーズはマヨドレに変更しています。





給食献立表

エビ・カニ除去食



令和3年4月

エンゼルステーション保育園

日付	給食	おやつ	糖や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の働きを整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
4月1日	ミートソースパグティ ひじきサラダ バナナ	五目おにぎり いりこ	スパゲティ、オリーブ油、小麦粉、マヨネーズ、米	豚ひき肉、ひじき、ツナ、大豆、鶏ひき肉、油揚げ、かつお粉、いりこ	人参、玉ねぎ、トマト、とうもろこし、きゅうり、しいたけ、三つ葉、バナナ	566	21.6	15.9	1.6
4月2日	麦ごはん 肉じゃが 干草煮 味噌汁	ドロップクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、しらたき、サラダ油、砂糖、小麦粉、バター、胡麻	豚肉、油揚げ、わかめ、味噌、かつお粉、スキムミルク、鶏卵、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、ほうれん草、もやし、りんご	523	19.0	14.3	1.7
4月5日	カレーライス 小松菜の胡麻和え いちご	スコーン いりこ	米、麦、じゃが芋、カレーパウダー、砂糖、胡麻、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、バター	豚肉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、小松菜、いちご	524	15.2	15.1	2.2
4月6日	麦ごはん ミートローフ まめ豆サラダ 中華コーンスープ	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、蒸しパンミックス、片栗粉	豚肉、鶏卵、大豆、魚肉ソーセージ、かつお粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、とうもろこし、グリーンピース、枝豆、チンゲン菜、ねぎ、ブルーベリー	527	23.9	19.5	2.2
4月7日	麦ごはん カレイのオランダ風あんかけ 野菜炒め 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、小麦粉、サラダ油、プリン	カレイ、鶏卵、味噌、かつお粉	パプリカ、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、人参、もやし、にら、南瓜、しめじ	522	25.1	15.3	1.4
4月8日	麦ごはん 豚肉と生揚げの旨味噌炒め キャベツのお浸し 野菜スープ	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、胡麻油、じゃが芋、砂糖、さつま芋	豚肉、生揚げ、味噌、かつお粉、ウインナー、巻天、牛乳、いりこ	キャベツ、にら、パプリカ、玉ねぎ、人参	524	21.1	13.8	1.6
4月9日	けんちんうどん 納豆天から オレンジ	しらすトースト いりこ	うどん、小麦粉、サラダ油、食パン、マヨネーズ	鶏肉、豆腐、納豆、鶏卵、しらす、青のり、チーズ、いりこ	人参、ごぼう、れんこん、ねぎ、オレンジ、大根	550	23.1	20.5	2.1
4月12日	麦ごはん レバーカツ ツナ入り野菜サラダ 味噌汁	さつま芋のレモン煮 いりこ	米、麦、小麦粉、パン粉、サラダ油、マヨネーズ、さつま芋、砂糖	豚レバー、鶏卵、昆布、スキムミルク、味噌、かつお粉、いりこ、ツナ	キャベツ、生姜、きゅうり、トマト、みかん、小松菜、えのきたけ、レモン果汁	505	20.6	10.6	1.6
4月13日	ひじき入り炒飯 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜のスープ	きな粉バナナ 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、じゃが芋、砂糖、胡麻油	ひじき、しらす、鶏卵、鶏ひき肉、きな粉、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、さやいんげん、チンゲン菜、えのきたけ、バナナ	489	18.0	12.5	1.4
4月14日	麦ごはん 鮭のパン焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	豆腐ドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、砂糖、サラダ油、里芋、ホットケーキミックス、パン粉	鮭、油揚げ、わかめ、味噌、かつお粉、豆腐、牛乳、いりこ	切り干し大根、人参、しいたけ、さやえんどう	566	23.6	17.5	1.9
4月15日	焼うどん ポテトグラタン りんご	ジャムパン いりこ	うどん、サラダ油、じゃが芋、コッペパン、マーマレードジャム	豚肉、かつお節、ベーコン、チーズ、生クリーム、いりこ	人参、キャベツ、もやし、玉ねぎ、パセリ、りんご	514	18.2	17.1	1.8
4月16日	麦ごはん ポークチャップ 野菜の納豆和え 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、ホットケーキミックス、サラダ油	豚肉、納豆、豆腐、味噌、かつお粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、人参、えのきたけ、なめこ、ねぎ、ごぼう	550	24.4	14.4	1.7
4月19日	麦ごはん 肉豆腐 小松菜としめじの炒め物 味噌汁	ガレット 牛乳 いりこ	米、麦、しらたき、オリーブ油、じゃが芋、小麦粉、バター、砂糖	豆腐、豚肉、ベーコン、ひじき、味噌、かつお粉、鶏卵、チーズ、スキムミルク、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、小松菜、しめじ、ねぎ、パセリ	544	23.2	18.4	2.2
4月20日	麦ごはん にらハンバーグ ポテトサラダ 澄まし汁	揚げパンシュガー いりこ	米、麦、片栗粉、じゃが芋、マヨネーズ、コッペパン、砂糖、サラダ油	豚ひき肉、鶏卵、ツナ、かつお粉、わかめ、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、たけのこ、えのきたけ	569	20.3	20.7	2.2
4月21日	麦ごはん かつおの生姜煮 じゃが芋ソテー 味噌汁	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、サラダ油、白玉粉	かつお、ベーコン、生揚げ、味噌、かつお粉、牛乳、チーズ、いりこ	生姜、人参、ピーマン、ほうれん草	539	26.9	13.6	1.6
4月22日	カレーライス ひじきと枝豆のサラダ りんご	蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、カレーパウダー、砂糖、胡麻油、蒸しパンミックス	鶏肉、大豆、ひじき、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、枝豆、小松菜、りんご、もやし、きゅうり	482	16.7	15.3	2.2
4月23日	麦ごはん 鶏のから揚げ 胡麻サラダ グレープフルーツ	オレンジケーキ いりこ	米、麦、片栗粉、サラダ油、胡麻、ホットケーキミックス、バター、マヨネーズ	鶏肉、いりこ	生姜、にんにく、ほうれん草、レタス、人参、きゅうり、とうもろこし、オレンジ果汁、グレープフルーツ	534	17.2	19.3	1.0
4月26日	和風スパゲティ ブロッコリーのおかか煮 バナナ	いなり寿司 いりこ	スパゲティ、オリーブ油、米、砂糖、胡麻	ロースハム、海苔、かつお節、油揚げ、いりこ	玉ねぎ、人参、えのきたけ、しいたけ、なめこ、ブロッコリー、バナナ	510	18.8	11.5	1.5
4月27日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とし 春雨ナムル 味噌汁	ホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、春雨、さつま芋、砂糖、胡麻、胡麻油、ホットケーキミックス	鶏肉、鶏卵、わかめ、味噌、かつお粉、牛乳、いりこ	人参、えのきたけ、しめじ、きゅうり、もやし、ねぎ、とうもろこし、グリーンピース	565	20.8	14.0	2.0
4月28日	麦ごはん カジキのオーロラソース 南瓜のそぼろ煮 味噌汁	パン粉クッキー 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、パン粉、小麦粉、ベーキングパウダー、バター、砂糖、マヨネーズ	めかじき、鶏ひき肉、油揚げ、味噌、かつお粉、スキムミルク、鶏卵、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ピーマン、南瓜、キャベツ	576	22.6	20.7	1.6
4月30日	こいのぼりライス 鶏の照り焼き りんご	柏餅 ホットケーキ0.1歳児 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、バター、ホットケーキミックス	鶏肉、ちくわ、いりこ	人参、りんご、ぶどう果汁、もも、たまねぎ、きゅうり、ブロッコリー	449	17.5	11.3	1.5



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
 ※ () で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。

