

4月 予定献立表

平成31年4月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)		蛋白質 (g)
					幼	乳	
1(月)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の香味焼き 野菜の胡麻和え 大根の味噌汁 果物	マーブルケーキ 牛乳	鶏もも、ねぎ、生姜、砂糖、醤油、みりん、人参、きゅうり、黄パプリカ、いんげん、すりごま、三温糖 玉ねぎ、大根、わかめ、油揚げ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、ココア、豆乳	幼 乳	547 515	22.0 20.7
2(火)	おかし 牛乳	煮込みうどん かぼちゃのいとこ煮 じゃこサラダ 果物	ひじきおにぎり 牛乳	ねぎ、人参、白菜、しめじ、鶏肉、油揚げ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油、みりん かぼちゃ、小豆、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、じゃこ、三温糖、酢、オリーブオイル、ごま、ひじき、鶏ひき	幼 乳	517 491	20.5 19.5
3(水)	おかし 牛乳	ご飯 豆腐のうま煮 酢の物 かぼちゃの味噌汁 果物	マカロニ洋風煮 牛乳	玉ねぎ、人参、椎茸、竹の子、白菜、青梗菜、にんにく、生姜、豚肉、木綿、醤油、塩、片栗粉、ピーマン、豚ひき きゅうり、わかめ、キャベツ、黄パプリカ、三温糖、酢、ねぎ、しめじ、かぼちゃ、葉ねぎ、だしかつお、昆布、味噌	幼 乳	520 496	22.4 21.0
4(木)	果物 牛乳	バターロール ハンバーグ 果物 大根のシャキシャキサラダ 春キャベツスープ	中華おこわ 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、パン粉、塩、こしょう、豆乳、ゼラチン、三温糖、ケチャップ、ソース、竹の子、干し椎茸、豚肉 大根、きゅうり、もやし、黄パプリカ、すりごま、酢、醤油、ごま油、ねぎ、キャベツ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 乳	567 538	28.2 24.0
5(金)	おかし 牛乳	わかめご飯 鮭の西京焼き マカロニサラダ 田舎風味味噌汁 果物	シュガートースト 牛乳	鮭、生姜、三温糖、味噌、酒、みりん、マカロニ、人参、コーン、ツナ、きゅうり、キャベツ、大豆マヨネーズ 玉ねぎ、大根、じゃが芋、豚肉、葉ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌、マーガリン、砂糖	幼 乳	602 559	25.2 23.3
6(土)	おかし 牛乳	ピラフ 鶏のトマト煮 かぶのスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、コーン、鶏肉、塩、こしょう、鶏もも、じゃが芋、キャベツ、しめじ、にんにく、カットトマト ねぎ、人参、かぶ、白菜、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、油、ケチャップ、三温糖	幼 乳	620 577	27.9 25.4
8(月)	おかし 牛乳	カレーライス しょうゆフレンチ ポテトスープ 果物	焼きそば 牛乳	玉ねぎ、カットトマト、鶏もも肉、にんにく、油、ケチャップ、ソース、小麦粉、カレー粉、きゅうり、コーン、キャベツ、酢 ねぎ、人参、えのき、じゃが芋、葉ねぎ、だしかつお、醤油、塩、もやし、豚肉	幼 乳	624 580	24.5 22.7
9(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば 甘酢和え ワンタンスープ 果物	ツナおにぎり 牛乳	玉ねぎ、人参、椎茸、竹の子、キャベツ、青梗菜、豚肉、かまぼこ、にんにく、生姜、塩、こしょう、醤油、ごま油、片栗粉、ツナ 大根、きゅうり、黄パプリカ、アスパラ、三温糖、酢、ねぎ、えのき、もやし、鶏ひき、ワンタンの皮、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 乳	558 516	23.4 21.8
10(水)	おかし 牛乳	豆腐入りそぼろ丼 小松菜のお浸し 油揚げの味噌汁 果物	ジャムサンド 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、木綿、生姜、もやし、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、油、片栗粉、イチゴジャム、マーガリン 小松菜、きゅうり、油揚げ、えのき、だしかつお、だし昆布、ねぎ、キャベツ、舞茸、油揚げ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 乳	638 588	28.3 25.8
11(木)	果物 牛乳	コッペパン ささ身フライ 果物 ブロッコリーサラダ トマトと大根のスープ	ピラフ 牛乳	ささ身、小麦粉、パン粉、ケチャップ、ソース、三温糖、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、酢、オリーブオイル ねぎ、人参、大根、トマト、しめじ、豚肉、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、油、玉ねぎ、ピーマン、コーン、鶏肉	幼 乳	528 507	28.0 25.5
12(金)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の照り焼き 野菜のおかか和え お麩の味噌汁 果物	黒糖煮しパン 牛乳	鮭、生姜、醤油、酒、三温糖、きゅうり、人参、大根、黄パプリカ、かつお節、塩 お麩、ねぎ、葉ねぎ、キャベツ、えのき、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、豆乳、黒糖	幼 乳	520 497	22.8 21.3
13(土)	おかし 牛乳	中華丼 鶏のうま煮 もやしのスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、竹の子、豚肉、青梗菜、ごま油、三温糖、片栗粉、鶏肉、大根、椎茸 しめじ、人参、ねぎ、もやし、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 乳	598 559	23.5 21.9
15(月)	おかし 牛乳	ごま塩ご飯 たら煮つけ ひじきのサラダ 厚揚げの味噌汁 果物	揚げパン 牛乳	たら、生姜、醤油、三温糖、酒、油、ひじき、きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、ささみ、酢、オリーブオイル 玉ねぎ、人参、えのき、厚揚げ、葉ねぎ、だし昆布、だし煮干し、味噌、きな粉	幼 乳	523 499	23.7 22.1
16(火)	果物 牛乳	ミートソースパグティ かぶとコーンのサラダ ポトフ 果物	カレーピラフ 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、にんにく、カットトマト、トマトピューレ、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、カレー粉 かぶ、コーン、きゅうり、キャベツ、酢、ねぎ、しめじ、じゃが芋、小松菜、豚肉、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 乳	625 584	23.0 21.5
17(水)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 果物 ブロッコリーのナムル 中華風スープ	煮込みうどん 牛乳	玉ねぎ、人参、にら、木綿、豚ひき、にんにく、生姜、ごま油、味噌、醤油、三温糖、塩、片栗粉、小松菜、鶏肉 ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、鶏ひき、椎茸、ねぎ、キャベツ、葉ねぎ、だし昆布、だしかつお	幼 乳	518 495	24.0 22.3
18(木)	果物 牛乳	レーズンパン 鮭のガーリック焼き 切干大根のサラダ かぼちゃスープ 果物	そぼろおにぎり 牛乳	鮭、にんにく、パセリ、塩、こしょう、醤油、オリーブオイル、切干大根、人参、きゅうり、コーン、三温糖、酢、ごま油 ねぎ、えのき、かぼちゃ、鶏肉、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、鶏ひき	幼 乳	519 486	26.1 23.9
19(金)	おかし 牛乳	彩ご飯 豆腐ナゲット 果物 春野菜サラダ スナックエンドウのスープ	イチゴのカップケーキ 牛乳	ゆかり、青のり、人参、ごま、ごま油、塩、醤油、三温糖、鶏ひき、豆腐、玉ねぎ、コーン、にんにく、生姜、おから、豆乳、カレー粉、BP、マーガリン、生クリーム キャベツ、ラディッシュ、パプリカ、グリーンピース、きゅうり、酢、オリーブオイル、スナックエンドウ、油揚げ、椎茸、ねぎ、豚肉、白菜、だし、小麦粉、葱、マヨネーズ	幼 乳	620 573	21.6 20.4
20(土)	おかし 牛乳	チャーハン 中華サラダ えのきのスープ 果物	おかし 牛乳	ねぎ、黄パプリカ、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、きゅうり、ささ身、キャベツ三温糖、酢 大根、人参、玉ねぎ、小松菜、えのき、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 乳	558 527	19.5 18.7
22(月)	おかし 牛乳	ご飯 カレイのあんかけ 果物 アスパラの肉味噌サラダ 豆腐のすまし汁	ジャムトースト 牛乳	カレイ、人参、玉ねぎ、えのき、いんげん、だしかつお、昆布、醤油、みりん、塩、ごま油、片栗粉、小麦粉、ブルーベリージャム アスパラ、キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、鶏ひき、生姜、三温糖、酢、味噌、ねぎ、豆腐、わかめ、舞茸、葉ねぎ	幼 乳	519 496	24.1 22.4
23(火)	果物 牛乳	醤油ラーメン 肉じゃが 昆布和え 果物	鮭おにぎり 牛乳	ねぎ、人参、もやし、干し椎茸、豚肉、にんにく、生姜、ニラ、だしかつお、だし昆布、煮干し、醤油、塩、ごま油 玉ねぎ、じゃが芋、白滝、いんげん、だし昆布、三温糖、大根、きゅうり、黄パプリカ、塩昆布、鮭	幼 乳	579 548	24.2 22.5
24(水)	おかし 牛乳	ハヤシライス ツナサラダ ほうれん草のスープ 果物	ジャージャー麺 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、にんにく、トマトピューレ、トマトジュース、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、醤油、三温糖、牛脂 ツナ、キャベツ、きゅうり、酢、オリーブオイル、ねぎ、しめじ、大根、ほうれん草、鶏肉、だしかつお、だし昆布、豚ひき、もやし	幼 乳	633 584	26.5 24.4
25(木)	果物 牛乳	胚芽ロール タンドリーチキン ささ身のサラダ コーンスープ 果物	バナナケーキ 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、にんにく、生姜、ケチャップ、三温糖、塩、醤油、カレー粉、オリーブオイル、マヨネーズ、小麦粉、豆乳、BP、バナナ 人参、きゅうり、黄パプリカ、ブロッコリー、ささみ、すりごま、ねぎ、えのき、コーン、葉ねぎ、わかめ、だしかつお、だし昆布	幼 乳	560 518	25.4 23.3
26(金)	おかし 牛乳	ちまき風ご飯 鮭のほりコロッケ 果物 野菜の胡麻味噌和え アスパラスープ	柏餅(乳児:おにぎり) 牛乳	豚肉、干し椎茸、人参、竹の子、玉ねぎ、鶏ひき、じゃが芋、きゅうり、パン粉、ケチャップ、塩、こしょう、黒ごま、醤油、油、小麦粉、上新粉、白玉粉 キャベツ、ブロッコリー、黄パプリカ、すりごま、いりごま、味噌、三温糖、ねぎ、大根、アスパラ、鶏肉、だしかつお、だし昆布、こしあん	幼 乳	592 528	22.4 20.9
27(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 春雨サラダ わかめスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 春雨、きゅうり、ささ身、酢、ねぎ、わかめ、えのき、大根、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 乳	630 584	27.2 24.9
29(月)	昭和の日						
30(火)	国民の祝日						

※ 仕入れの都合で献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	575	28.7	平均値	幼	571.5	24.3
	乳児	479	23.9		乳	535.2	22.4