

4月 給食献立表

令和 4年

博愛保育園

日 曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	三歳以上児 エネルギー 1日平均	三歳未満児 エネルギー 1日平均
1 金	希望保育 お弁当	牛乳 ハードビスケット 牛乳 カルシウムせん	・普通牛乳	・ハードビスケット ・カルシウムせんべい			
4 月	《入園・進級おめでとう給食》 ご飯 星形ハンバーグ ブロッコリーのマヨネーズ和え 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 お祝いいちごゼリー	・星形ハンバーグ ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・マヨネーズ ・お子様せんべい ・お祝いいちごゼリー	・ブロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・カットわかめ・青ねぎ	489kcal 1.2g	445kcal 1.2g
5 火	ごはん 鮭の塩焼き キャベツとウインナーの蒸し煮 じゃが芋と長ネギの味噌汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 ゆかりおにぎり	・ぎんざけ ・ウインナーソーセージ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・ハードビスケット	・キャベツ・たまねぎ・冷凍コーン ・長ねぎ・ゆかり(ふりかけ)	556kcal 1.0g	499kcal 0.9g
6 水	ごはん 肉じゃが ほうれん草のサラダ 大根とあげの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ジャムサンド	・ふたもも肉・グリーンピース ・蒸しかまぼこ・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・しらたき・調合油・三温糖 ・いりごま・マヨネーズ ・お子様せんべい・食パン	・たまねぎ・にんじん・ほうれん草 ・だいこん・青ねぎ・いちごジャム	592kcal 2.1g	514kcal 1.9g
7 木	ごもくうどん わかめときゅうりの酢の物 みかん缶	牛乳 カルシウムせん 牛乳 おかかおにぎり	・吞鶏もも肉・蒸しかまぼこ ・しらす干し・普通牛乳 ・かつお節	・ゆでうどん・三温糖 ・カルシウムせんべい・精白米	・にんじん・長ねぎ・カットわかめ ・きゅうり・みかん缶詰	456kcal 2.5g	424kcal 1.8g
8 金	ご飯 きれいの煮付け 大根とツナの和え物 玉ねぎとあげの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 おいもの蒸しパン	・まぐろ油漬缶詰・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・きれい	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・お子様せんべい ・ホットケーキミックス ・さつまいも・砂糖	・ほうれん草・だいこんの葉 ・きゅうり・冷凍コーン・たまねぎ ・青ねぎ・カットわかめ	555kcal 2.2g	481kcal 1.9g
9 土	お弁当	牛乳 カルシウムせん 牛乳 ぱりんこ	・普通牛乳	・カルシウムせんべい			
11 月	ご飯 ミートボール 切干大根の煮物 麩とわかめの味噌汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 フレンスクレープ	・焼き竹輪・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・ミートボール	・精白米・砂糖 ・ハードビスケット	・切干しいんじん・にんじん ・カットわかめ・青ねぎ	514kcal 1.5g	504kcal 1.2g
12 火	ボークカレー キャベツのごま酢和え チーズ	牛乳 カルシウムせん 牛乳 麩のラスク	・ふたもも肉 ・プロセスチーズ ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・カレールウ・いりごま・砂糖 ・カルシウムせんべい・三温糖 ・有塩バター	・たまねぎ・にんじん ・トマトケチャップ・キャベツ	604kcal 2.1g	543kcal 1.6g
13 水	ご飯 鮭のムニエル 里芋の炒り煮 チンゲン菜のスープ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 パナナ	・ぎんざけ・油揚げ ・ロースハム・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・冷凍さといも・三温糖 ・お子様せんべい	・だいこん・にんじん・チンゲンサイ ・パナナ	491kcal 1.1g	437kcal 1.1g
14 木	ご飯 赤魚の煮つけ ポテトサラダ 豆腐とあげの味噌汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 わかめおにぎり	・あかうお・ロースハム ・木綿豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・わかめご飯の素	・精白米・三温糖・じゃがいも ・マヨネーズ ・ハードビスケット	・しょうが・きゅうり・にんじん ・レタス・青ねぎ	581kcal 1.5g	524kcal 1.3g
15 金	じゃこ入りわかめごはん ボークビーンズ いんげんのごま和え パイン缶	牛乳 カルシウムせん 牛乳 ベストプリン	・しらす干し ・わかめご飯の素 ・ふたもも肉・大豆水煮 ・普通牛乳・ベストプリン	・精白米・じゃがいも・調合油 ・三温糖・いりごま ・カルシウムせんべい	・たまねぎ・にんじん ・マッシュルーム水煮 ・トマトケチャップ・さやいんげん ・パインアップル缶詰	499kcal 1.1g	484kcal 0.9g
18 月	ご飯 鶏肉の竜田揚げ ひじきの豆煮 麩とえのきの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 マカロニきな粉	・吞鶏もも肉・大豆水煮 ・油揚げ・焼き竹輪 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・片栗粉・調合油 ・三温糖・お子様せんべい ・マカロニ・砂糖	・しょうが・乾ひじき・にんじん ・えのきたけ・青ねぎ	636kcal 1.7g	544kcal 1.5g
19 火	《食育の日》 ただのこごはん 鮭のつけ焼き ほうれん草と人参のごま和え みかん缶	牛乳 パナナ 牛乳 フライドポテト	・油揚げ・さけ・普通牛乳	・精白米・三温糖・調合油 ・いりごま・じゃがいも	・ただのこ・にんじん・ほうれん草 ・みかん缶詰・パナナ	511kcal 1.0g	444kcal 0.8g
20 水	ごはん 豆腐とひじきのハンバーグ じゃがいもとにんじんの煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 蒸しパン	・ふたひき肉・木綿豆腐 ・鶏卵・淡色辛みそ ・煮干し・普通牛乳	・精白米・パン粉・じゃがいも ・調合油 ・ホットケーキミックス ・三温糖	・乾ひじき・たまねぎ・にんじん ・生しいんげん・さやいんげん ・キャベツ・カットわかめ・青ねぎ ・りんご・レーズン	553kcal 2.1g	459kcal 1.5g
21 木	ご飯 鶏肉と里芋の煮物 きゅうりとコーンのサラダ 玉ねぎとあげの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 和風ツナおにぎり	・吞鶏もも肉・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・まぐろ水煮	・精白米・冷凍さといも ・三温糖 ・和風醤油ごまドレッシング	・にんじん・さやいんげん・きゅうり ・冷凍コーン・たまねぎ・青ねぎ ・カットわかめ・冷凍くりかぼちゃ ・こまつな	566kcal 2.3g	472kcal 1.8g
22 金	ゆかりご飯 白身魚のトマト煮 ほうれん草のお浸し パナナ	牛乳 ぶかし芋 牛乳 チーズサンド	・たら・グリーンピース ・かつお節・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・精白米・片栗粉・調合油 ・さつまいも・食パン	・たまねぎ・トマトホール缶詰 ・にんじん・トマトケチャップ ・ほうれん草・りよくとうもろやし ・パナナ	584kcal 1.7g	512kcal 1.4g
23 土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ぼたぼた焼き	・普通牛乳	・お子様せんべい ・ぼたぼたやき			
25 月	ご飯 きれいの煮付け ブロッコリーのおかか和え 白菜と豚肉の味噌汁	牛乳 カルシウムせん 牛乳 ゆかりおにぎり	・削り節・ふたもも肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・きれい	・精白米・三温糖 ・カルシウムせんべい	・ほうれん草・ゆでブロッコリー ・にんじん・冷凍コーン・ほくさい ・ゆかり(ふりかけ)	514kcal 1.5g	467kcal 1.2g
26 火	じゃこ入りわかめごはん 厚揚げの中華風煮 いんげんとささみのごま和え オレンジ	牛乳 パナナ 牛乳 どうぶつビスケット	・しらす干し ・わかめご飯の素・生揚げ ・ふたひき肉・若鶏ささ身 ・普通牛乳	・精白米・調合油・三温糖 ・片栗粉・ごま塩 ・どうぶつビスケット	・たまねぎ・にんじん ・ただのこ水煮・生しいんげん ・青ねぎ・しょうが・さやいんげん ・オレンジ・パナナ	568kcal 1.2g	504kcal 0.9g
27 水	豚丼 キャベツの彩りサラダ チーズ	牛乳 りんご 牛乳 マーメレードマフィン	・ふたもも肉 ・プロセスチーズ ・普通牛乳	・精白米・三温糖・調合油 ・ホットケーキミックス ・有塩バター	・たまねぎ・にんじん・青ねぎ ・しょうが・キャベツ・きゅうり ・赤ピーマン・乾わかめ・りんご ・マーメレード	537kcal 1.5g	476kcal 1.2g
28 木	《お誕生日給食》 赤飯 豚カツ 三色サラダ オニオンスープ	牛乳 ぶかし芋 牛乳 フチケーキ	・あずき・ふたヒレ肉 ・ベーコン・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま塩 ・パン粉・天ぷら粉・調合油 ・和風醤油ごまドレッシング ・さつまいも ・お米でイチゴのスティックケーキ ・お子様せんべい ・ぼたぼたやき	・ゆでブロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・たまねぎ・こまつな	520kcal 0.9g	468kcal 0.8g
30 土		牛乳 お子様せんべい 牛乳 ぼたぼた焼き	・普通牛乳	・お子様せんべい ・ぼたぼたやき			

※おやつは上段が午前のおやつです。下段が午後のおやつになります。午前のおやつは3歳未満児までになります。
 ※図で使用しているハム・ベーコン・ちくわ・かまぼこ・さつま揚げ・かにかまぼこは、卵・小麦・乳が含まれていない食品を使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。
 ※毎週火曜日はかみかみデイです。昆布・いりこは2歳児以上からになります。
 ※ご質問等がありましたらお気軽にお問い合わせください。