

# 4月 給食献立表

令和 4年

第二博愛保育園

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	目標以上 エネルギー 提供	目標未満 エネルギー 提供
1	金	希望保育 お弁当	牛乳 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	《入園おめでとう給食》 ごはん 皇型ハンバーグ 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	・皇型ハンバーグ ・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	・ゆでブロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・青ねぎ・カットわかめ	505kcal 1.4g	429kcal 1.3g
5	火	《かみかみデイ》 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 蒸しかぼちゃ 牛乳 ゆかりおにぎり	・ぎんざげ ・ウインナーソーセージ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・調合油・じゃがいも	・キャベツ・たまねぎ・冷凍コーン ・長ねぎ・冷凍くりかぼちゃ ・ゆかり(ふりかけ)	635kcal 1.4g	508kcal 1.0g
6	水	ごはん 肉じゃが ほうれん草のサラダ 大根とあけの味噌汁	牛乳 コーンフレーク 牛乳 いちごのジャムサンド	・ぶたもも肉 ・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・三温糖・調合油 ・ごま・マヨネーズ ・コーンフレーク・食パン	・たまねぎ・にんじん・グリーンピース ・ゆでほうれん草・だいこん ・青ねぎ・いちごジャム	579kcal 2.0g	475kcal 1.5g
7	木	ごはん かれいの煮付け 大根とツナの和え物 玉ねぎとあけの味噌汁	牛乳 ゆで人参 牛乳 おいもの蒸しパン	・かれい・まぐろ油漬缶詰 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・ホットケーキミックス ・さつまいも	・だいこん・きゅうり・冷凍コーン ・たまねぎ・青ねぎ・にんじん	601kcal 2.2g	468kcal 1.8g
8	金	ごもくうどん 竹輪の磯辺揚げ みかん缶	牛乳 ビスケット 牛乳 おかかおにぎり	・若鶏もも肉・蒸しかまぼこ ・焼き竹輪・普通牛乳 ・削り節	・ゆでうどん・天ぷら粉 ・調合油・ハードビスケット ・精白米	・にんじん・長ねぎ・カットわかめ ・あおりのり・みかん缶	587kcal 2.5g	456kcal 1.7g
9	土	お弁当	牛乳 カルシウムせん 牛乳 ビスケット	・普通牛乳	・カルシウムせんべい ・ハードビスケット			
11	月	ごはん ミートボール 切干大根の煮物 麩とわかめの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 フレンスクレープ	・ミートボール・焼き竹輪 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・三温糖・調合油 ・釜焼きふ・お子様せんべい	・切干しだいこん・にんじん ・カットわかめ・青ねぎ	556kcal 1.9g	460kcal 1.7g
12	火	《かみかみデイ》 ポークカレー キャベツのごま酢和え りんご	牛乳 ブロッコリー 牛乳 麩のラスク	・ぶたもも肉 ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・カレールウ・調合油 ・むきごま・上白糖・釜焼きふ ・有塩バター・グラニュー糖	・たまねぎ・にんじん・キャベツ ・りんご・ゆでブロッコリー	551kcal 1.8g	434kcal 1.3g
13	水	ごはん 鮭のムニエル 里芋の炒り煮 チンゲン菜のスープ	牛乳 コーンフレーク 牛乳 パナナ	・ぎんざげ・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・調合油 ・三温糖・コーンフレーク	・だいこん・にんじん・チンゲンサイ ・バナナ	550kcal 0.6g	445kcal 0.5g
14	木	ごはん 赤魚の煮付け ポテトサラダ 豆腐とあけの味噌汁	牛乳 ゆで人参 牛乳 おかかおにぎり	・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 ・削り節	・精白米・三温糖・じゃがいも ・マヨネーズ	・冷凍さだめ・青ねぎ・にんじん	595kcal 1.8g	464kcal 1.6g
15	金	じゃこ入りわかめごはん ポークピース いんげんのごま和え パイン缶	牛乳 リンゴ 牛乳 豆乳プリン	・しらす干し ・わかめご飯の素 ・ぶたもも(皮脂無) ・大豆水煮缶詰・普通牛乳	・精白米・じゃがいも・三温糖 ・調合油・むきごま	・たまねぎ・にんじん ・マッシュルーム水煮缶 ・トマトケチャップ・さやいんげん ・パインアップル缶詰・りんご	518kcal 1.1g	429kcal 0.8g
18	月	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ひじきの豆煮 麩とえのきの味噌汁	牛乳 カルシウムせん 牛乳 マカロニきな粉	・若鶏もも肉・大豆水煮缶詰 ・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・釜焼きふ ・カルシウムせんべい ・マカロニ	・しょうが・にんじん・乾ひじき ・えのきたけ・青ねぎ	637kcal 1.6g	485kcal 1.1g
19	火	《食育の日》《かみかみデイ》 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	・ただのこ水煮缶詰・にんじん ・ゆでほうれん草・みかん缶 ・バナナ	507kcal 1.5g	417kcal 1.0g
20	水	ごはん 豆腐とひじきのハンバーグ じゃが芋と人参の煮物 キャベツの味噌汁	牛乳 コーンフレーク 牛乳 蒸しパン	・ぶたひき肉・木綿豆腐 ・鶏卵・淡色辛みそ ・煮干し・普通牛乳	・精白米・調合油・パン粉 ・薄力粉・片栗粉・じゃがいも ・コーンフレーク ・ホットケーキミックス ・三温糖	・たまねぎ・にんじん・生しいたけ ・乾ひじき・さやいんげん・キャベツ ・カットわかめ・レーズン	597kcal 2.5g	479kcal 1.7g
21	木	ごはん 鶏肉と里芋の煮物 きゅうりとコーンのサラダ 玉ねぎとあけの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 和風ツナおにぎり	・若鶏もも肉・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・まぐろ水煮缶詰	・精白米・冷凍さといも ・三温糖・調合油 ・和風醤油こまドレッシング	・にんじん・さやいんげん ・ゆでれんこん・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	569kcal 1.9g	450kcal 1.4g
22	金	ふりかけ ごはん 白身魚のトマトソース煮 ほうれん草のお浸し バナナ	牛乳 ゆで人参 牛乳 チーズサンド	・たら・削り節・普通牛乳 ・プロセスチーズ	・ふりかけ・精白米・片栗粉 ・調合油・食パン	・たまねぎ・ホールトマト ・グリーンピース・トマトケチャップ ・ゆでほうれん草 ・りょくとうもやし・バナナ ・にんじん	552kcal 1.7g	427kcal 1.3g
23	土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 カルシウムせん	・普通牛乳	・お子様せんべい ・カルシウムせんべい			
25	月	ごはん かれいの煮付け ブロッコリーのおかか和え 白菜と豚肉の味噌汁	牛乳 ブロッコリー 牛乳 ゆかりおにぎり	・かれい・削り節 ・ぶたもも肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・三温糖	・ブロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・はくさい ・ゆでブロッコリー ・ゆかり(ふりかけ)	523kcal 1.9g	421kcal 1.6g
26	火	《かみかみデイ》 じゃこ入りわかめごはん 厚揚げの中華風煮 いんげんのごま和え みかん缶	牛乳 パナナ 牛乳 いちごジャム蒸しパン	・しらす干し ・わかめご飯の素 ・ぶたひき肉・生揚げ ・まぐろ油漬缶詰 ・普通牛乳	・精白米・調合油・三温糖 ・片栗粉・むきごま・薄力粉	・たまねぎ・にんじん ・ただのこ水煮缶詰・生しいたけ ・青ねぎ・しょうが・さやいんげん ・みかん缶・バナナ ・いちごジャム	616kcal 1.2g	515kcal 0.9g
27	水	ごはん 豚だいにん キャベツの彩りサラダ 麩とわかめのすまし汁	牛乳 りんご 牛乳 パナナスコーン	・ぶたもも肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・豆乳	・精白米・生いも板こんにゃく ・三温糖・調合油・薄力粉	・だいこん・にんじん・しょうが ・キャベツ・きゅうり・赤ピーマン ・乾わかめ・カットわかめ・りんご ・バナナ	511kcal 1.8g	404kcal 1.5g
28	木	《お誕生給食》 小豆ご飯 チキンカツ 三色サラダ オニオンスープ	牛乳 ふかし芋 牛乳 お誕生日ケーキ	・あすき・チキンカツ ・ベーコン・普通牛乳 ・豆乳生クリーム	・精白米・ごま・調合油 ・和風醤油こまドレッシング ・さつまいも	・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	535kcal 1.3g	447kcal 1.0g
30	土	お弁当	牛乳 カルシウムせん 牛乳 ビスケット	・普通牛乳	・カルシウムせんべい ・ビスケット			

※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。  
 ※園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。昆虫・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。