



4月 献立表



令和6年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 月	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き トマトドレッシング和え チーズ	パウンドケーキ 牛乳	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 鶏卵 牛乳	米 マーマレード 無塩バター 薄力粉 砂糖	干しいたけ 切干大根 長ねぎ 昆布 キャベツ 小松菜 人参	水 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング ベーキングパウダー
2 火	二色そばろ丼 味噌汁 小松菜ソテー オレンジ	焼き芋 牛乳	鶏肉 鶏卵 木綿豆腐 味噌 牛乳	米 油 砂糖 さつま芋	しょうが 干しいたけ 玉ねぎ わかめ 昆布 小松菜 キャベツ 人参 オレンジ	水 万能つゆ 塩 チキンスープの素
3 水	ご飯 コンソメスープ タンドライーチキン 人参ドレッシングサラダ パインナップル	ごま塩おにぎり 小魚	鶏肉 ヨーグルト 煮干し	米 ごま	人参 南瓜 コーン 白菜 きゅうり パプリカ バイナップル	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ カレー粉 人参ドレッシング
4 木	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの味噌照り焼き 夏みかん	レーズン蒸しパン 牛乳	鶏肉 油揚げ さわか 味噌 牛乳	米 砂糖 小切麩 薄力粉 油	干しいたけ 人参 コーン さやえんどう 焼きのり 大根 みつば 昆布 夏みかん レーズン	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
5 金	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 粉ふきさつま芋 パナナ	マシュマロおこし 牛乳	高野豆腐 味噌 鶏肉 牛乳	米 油 砂糖 さつま芋 ごま コーンフレーク マシュマロ	干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 大根 人参 パナナ	水 万能つゆ みりん 塩
8 月	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ なめたけ和え バイナップル	中華風カステラ	油揚げ 味噌 鶏肉 鶏卵 牛乳	米 片栗粉 薄力粉 油 砂糖 無塩バター	干しいたけ 南瓜 万能ねぎ 昆布 しょうが キャベツ 人参 ほうれん草 なめ茸 バイナップル	水 こいくちしょうゆ 料理酒 ベーキングパウダー
9 火	スパゲティナポリタン コンソメスープ フレンチサラダ グレープフルーツ	ポップコーン 牛乳	ウインナー 牛乳	スバゲティ 油 砂糖 ポップコーン	玉ねぎ 人参 しめじ パセリ ブロッコリー もやし グレープフルーツ	塩 トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 水 穀物酢
10 水	わかめご飯 味噌汁 しらすとチーズの玉子焼き 大根のきんぴら 夏みかん	ココア蒸しパン 牛乳	木綿豆腐 味噌 鶏卵 しらす チーズ 牛乳	米 砂糖 油 ごま 薄力粉	わかめご飯の素 干しいたけ 長ねぎ 昆布 玉ねぎ 大根 人参 さやいんげん 夏みかん	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん ベーキングパウダー ココア
11 木	中華あんかけご飯 中華スープ ささみときゅうりの酢の物 パナナ	寒天ミルクプリン クラッカー	豚肉 鶏肉 牛乳	米 ごま油 片栗粉 砂糖 ミルクプリンの素 クラッカー	白菜 人参 玉ねぎ えのき茸 チンゲン菜 きゅうり パナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 穀物酢
12 金	麦ご飯 味噌汁 たらの香味焼き もやしのゆかり和え オレンジ	ちんすこう 牛乳	味噌 たら 牛乳	米 押し麦 小切麩 ごま ごま油 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ 切干大根 小松菜 昆布 万能ねぎ もやし 人参 コーン ゆかり オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
15 月	焼きそば わかめスープ 小松菜の和え物 グレープフルーツ	ジャムサンドクラッカー 牛乳	豚肉 牛乳	蒸し中華麺 油 砂糖 ごま油 クラッカー いちごジャム	キャベツ ビーマン 人参 青のり 干しいたけ 長ねぎ わかめ 小松菜 きゅうり グレープフルーツ	中濃ソース 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ
16 火	ご飯 コンソメスープ ベーコン入りオムレツ ごぼうサラダ オレンジ	フライドポテト 牛乳	鶏卵 ベーコン 牛乳	米 無塩バター ノンエッグマヨネーズ じゃが芋 油	大根 えのき茸 コーン 玉ねぎ 人参 ごぼう 白菜 パプリカ きゅうり オレンジ パセリ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ
17 水	ハヤシライス チンゲン菜の和え物 ゼリー(グレープフルーツ味)	黄桃蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 薄力粉	玉ねぎ 人参 ダイストマト しめじ チンゲン菜 キャベツ 黄桃缶	水 ハヤシベース 穀物酢 塩 ベーキングパウダー
18 木	玄米入りご飯 すまし汁 鶏肉の味噌野菜炒め 納豆和え バイナップル	ぶどうゼリー クラッカー	鶏肉 味噌 納豆	米 玄米 小切麩 油 砂糖 クラッカー	干しいたけ 玉ねぎ 白菜 昆布 人参 小松菜 大根 焼きのり バイナップル ぶどうジュース アガー	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 料理酒
19 金	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 かれいのみりん焼き かぼちゃの煮物 パナナ	マフィン 牛乳	厚揚げ 味噌 かれい 鶏卵 牛乳	米 砂糖 無塩バター 薄力粉	キャベツ 塩昆布 干しいたけ チンゲン菜 万能ねぎ 昆布 しょうが 南瓜 グリンピース パナナ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん ベーキングパウダー
22 月	ご飯 味噌汁 ぶりの塩こうじ焼き ビーフンと野菜の和え物 グレープフルーツ	クッキー 牛乳	高野豆腐 味噌 ぶり 鶏卵 牛乳	米 塩こうじ ビーフン 砂糖 油 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 しょうが キャベツ 人参 グレープフルーツ	水 料理酒 こいくちしょうゆ 穀物酢
23 火	野菜パン ミルクスープ ハンバーグ 白菜のマリネ ジョア	青菜おにぎり 小魚	スキムミルク 牛乳 豚肉 木綿豆腐 ジョア 煮干し	野菜パン じゃが芋 パン粉 片栗粉 油 砂糖 米 ごま油	人参 コーン パセリ 玉ねぎ 白菜 きゅうり パプリカ 小松菜	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 こいくちしょうゆ
24 水	ご飯 中華スープ 肉団子の甘酢あんかけ ナムル バイナップル	フルーツパン 牛乳	豚肉 木綿豆腐 クリーム 牛乳	米 ごま油 パン粉 砂糖 片栗粉 ごま フルーツパン	大根 しめじ わかめ 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 バイナップル	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 みりん 穀物酢
25 木	ご飯 味噌汁 ひじきとねぎの玉子焼き 三色お浸し パナナ	プリン クラッカー	油揚げ 味噌 鶏卵 干しえび かつお節 牛乳	米 ごま油 砂糖 プリンの素 クラッカー	干しいたけ 白菜 なめこ 昆布 ひじき 長ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 パナナ	水 こいくちしょうゆ 塩
26 金	ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのマヨ和え チーズ	シュガーパイ 牛乳	味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 小切麩 砂糖 ノンエッグマヨネーズ パイシート グラニュー糖	干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 昆布 にんにく しょうが ブロッコリー 大根 人参	水 こいくちしょうゆ 穀物酢 みりん 塩
30 火	ご飯 ドライカレー コーンサラダ ぶどうゼリー	ジャムヨーグルト ウエハース	豚肉 ヨーグルト スキムミルク	米 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン ぶどうジュース アガー りんごソース	水 カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 塩

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	566	19.8	15.7	270	1.6
幼児 平均量	555	21.2	17.2	274	1.5
乳児 目標量	462	16.2	12.8	225	1.5
乳児 平均量	439	16.6	13.4	215	1.2

☆ 園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。