



4月給食献立表



令和5年度

認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児(1~2歳児)		
									主食	午前おやつ 午後おやつ	
月	3 17	タンドリーチキン コールスローサラダ クリームスープ	① 246kcal ② 19.0g ③ 4.2g ④ 2.0g	じゃが芋 三温糖 マヨネーズ	鶏肉 ヨーグルト プレスハム 脱脂粉乳	キャベツ きゅうり コーン缶 人参 玉葱 小松菜	ケチャップ カレー粉 酢 コンソメ	麦茶 ★スイートポテト トースト	ロールパン	牛乳 せんべい 麦茶★スイートポ テトースト	
火	4 18	玉葱と豚肉の塩炒め 中華サラダ わかめのすまし汁	① 255kcal ② 8.7g ③ 14.7g ④ 1.4g	油 三温糖	豚肉 わかめ	玉葱 人参 もやし ブロッコリー レタス 長葱 大根	塩 酢 しょうゆ 和風だし	麦茶 ★フルーツ クッキー	ごはん	牛乳 卵ボーロ 麦茶★フルーツ クッキー	
水	5 19	白身魚フライ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁	① 308kcal ② 18.3g ③ 8.9g ④ 1.9g	三温糖 パン粉 小麦粉	白身魚 高野豆腐 煮干し 味噌	人参 玉葱 切干し大根 キャベツ 長葱 もやし	塩 酒 しょうゆ 和風だし	スキムミルク りんご パイ 小魚	わかめ ごはん	牛乳 クラッカー 麦茶 りんご パイ	
木	6	鶏つくね カラフルごぼうサラダ かぶのコンソメスープ	① 262kcal ② 13.0g ③ 7.7g ④ 1.2g	三温糖 マヨネーズ ごま	鶏肉 シーチキン	玉葱 人参 ブロッコリー ごぼう パプリカ かぶ もやし	塩 酢 和風だし コンソメ	麦茶 ★しらすと ゆかりの おにぎり	ごはん	牛乳 ビスケット 麦茶★しらすと ゆかりのおにぎり	
金	7 21	ミートソーススパゲッティ キャベツとしらすの和風マリネ バナナ	① 273kcal ② 13.2g ③ 6.2g ④ 1.4g	油 ごま 三温糖	豚肉 しらす	人参 玉葱 もやし ほうれん草 りんご	しょうゆ 塩 和風だし	麦茶 ヨーグルト おせんべい	ミートソース スパゲッティ	牛乳 ウエハース 麦茶 ヨーグルト おせんべい	
土	1 15	ナゲット 野菜サラダ フルーツ	★お誕生日会メニュー(20日) ♪たけのこご飯 ♪カレーつくね ♪キャベツのごま和え ♪いちご おやつ ♪麦茶 ♪ココアチーズケーキ								牛乳 クッキー 麦茶 果物 せんべい
月	10 24	さわらのパン粉焼き 切干し大根の塩昆布和え 春雨スープ	① 236kcal ② 13.2g ③ 8.1g ④ 1.2g	油 ごま油 じゃがいも パン粉 春雨	さわら 塩昆布	人参 きゅうり 切干し大根 キャベツ 玉葱 えのき	塩 中華だし しょうゆ	甘茶(10日) 麦茶(24日) ★人参ドーナツ	ごはん	牛乳 クッキー 麦茶 ★人参ドーナツ	
火	11 25	花シウマイ マカロニサラダ 野菜たっぷり豚汁	① 423kcal ② 24.0g ③ 19.4g ④ 2.4g	焼売の皮 マカロニ マヨネーズ 三温糖	豚肉 プレスハム 味噌 煮干し	玉葱 人参 きゅうり レタス トマト ねぎ キャベツ 大根 ごぼう	しょうゆ 塩 レモン汁 こしょう 和風だし	スキムミルク チーズ ビスケット	豚汁うどん	牛乳 卵ボーロ 牛乳 チーズ ビスケット	
水	12 26	麻婆豆腐 ツナサラダ オレンジ	① 251kcal ② 14.6g ③ 9.4g ④ 1.0g	油 三温糖	鶏肉 木綿豆腐 味噌 シーチキン	人参 玉葱 きゅうり レタス トマト キャベツ オレンジ	中華だし 塩 酢	麦茶 ★ツナかつ きな粉パン	ごはん	牛乳 ウエハース 麦茶 ★ツナかつ きな粉パン	
木	13 27	親子煮 オーロラサラダ 春キャベツとじゃがいもの 鶏がらスープ	① 293kcal ② 21.7g ③ 7.0g ④ 1.2g	三温糖 じゃがいも	鶏肉 卵	人参 玉葱 ブロッコリー レタス キャベツ コーン	しょうゆ 酒 塩 ケチャップ 鶏ガラだし	スキムミルク ミニゼリー りんご 小魚	しらす ごはん	牛乳 せんべい 牛乳 りんご ミニゼリー	
金	14 28	鶏の唐揚げ わかめのナムル けんちん汁	① 269kcal ② 14.8g ③ 14.3g ④ 1.5g	ごま油 油 ごま 片栗粉	鶏肉 わかめ 煮干し	もやし 人参 ごぼう 長葱 しいたけ 大根 小松菜	しょうゆ 酒 塩 中華だし しょうゆ 和風だし	麦茶 ★豆腐の お好み焼き	ジャムパン	牛乳 パイ 麦茶★豆腐の お好み焼き	
土	8 15	ハンバーグ 野菜ソテー フルーツ	アレルギー対応として当園では完全除去食とさせていただきます。 代替品として、卵不使用マヨネーズ(卵アレルギー)、あわめん(小麦アレルギー)、米粉パン (小麦・乳アレルギー)などを使用しています。ご不明な点などございましたら給食室までご相談ください♪								牛乳 ビスケット 麦茶 ゼリー せんべい

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

★4月使用の旬の食材…春キャベツ、新たまねぎ、かぶ、筍、ブロッコリー、しらす、さわら、いちご

※春野菜は日持ちしないものが多いので、
新鮮なうちにたくさん食べましょう♪