

4 月 給 食 献 立 表

平成 31年度



認定こども園八代保育園

曜 日	日	献立名	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	1 15	クリームシチュー ナゲット ブロッコリーサラダ	① 339kcal ② 17.5g ③ 17.4g ④ 1.5g	じゃが芋 油 三温糖	豚肉 チキンナゲット ツナ缶	人参 玉葱 グリーンピース しめじ コーン缶 ブロッコリー	シチュールウ 酢 しょうゆ 塩 こしょう	麦茶 ★マカロニ きな粉	ごはん	牛乳 せんべい 麦茶 ★マカロニ きな粉	
火	2 16	厚揚げの煮物 しらす納豆 菜の花のすまし汁	① 350kcal ② 22.3g ③ 18.9g ④ 2.1g	三温糖	厚揚げ しらす ひきわり納豆	大根 れんこん 人参 ねぎ グリーンピース 小松菜 菜の花	しょうゆ みりん 塩	スキムミルク オレンジ せんべい	野菜うどん	麦茶 卵ボーロ 牛乳 オレンジ せんべい	
水	3 17	ベジタブルナポリタン チーズサラダ 卵スープ	① 327kcal ② 17.7g ③ 9.7g ④ 1.7g	油 スパゲッティ 三温糖	ウインナー チーズ 卵	玉葱 ビーマン 赤パプリカ にんにく キャベツ レタス きゅうり トマト	ケチャップ 塩 こしょう コンソメ	麦茶 ★ラップで おにぎり	ロールパン	牛乳 クッキー 麦茶 ★そぼろ おにぎり	
木	4 18	鶏の唐揚げ れんこんごまマヨ和え 中華スープ	① 287kcal ② 18.6g ③ 11.5g ④ 1.9g	片栗粉 油 マヨネーズ 三温糖	鶏肉 かにかま	れんこん 人参 ねぎ しいたけ ほうれん草	しょうゆ みりん 塩 中華味	麦茶 ヨーグルト パイ	わかめご飯	牛乳 ビスケット 麦茶 パイ ヨーグルト	
金	5 19	鮭の塩焼き 春雨サラダ 麩の味噌汁	① 243kcal ② 13.6g ③ 7.0g ④ 1.6g	ごま油 三温糖 麩	鮭 春雨 ロースハム 味噌 油揚げ	きゅうり 人参 コーン缶 ねぎ	塩 酢 しょうゆ	スキムミルク ミニゼリー クッキー 小魚	ごはん	牛乳 クラッカー 麦茶 クッキー ミニゼリー	
土	6 20	魚のフライ 野菜サラダ 味噌汁	★お誕生日会メニュー(22日) ♪たけのこご飯 ♪ちくわの磯部揚げ ♪スパゲッティサラダ ♪いちご おやつ ♪麦茶 ♪ドーナツ								牛乳 クッキー 麦茶 果物 おせんべい
月	8	和風ハンバーグ 青菜とひじきの ごまマヨ和え なめこの味噌汁	① 352kcal ② 20.4g ③ 13.1g ④ 1.9g	油 パン粉 三温糖 ごま マヨネーズ	卵 豚肉 ひじき かにかま 木綿豆腐 味噌	玉葱 人参 れんこん 小松菜 コーン缶 ねぎ なめこ	塩 こしょう しょうゆ	甘茶 ★ウインナー ロール	ゆかりご飯	牛乳 せんべい 甘茶 ★ウインナー ロール	
火	9 23	桜えびのかき揚げ キャベツサラダ トマ玉スープ	① 298kcal ② 12.2g ③ 19.7g ④ 1.8g	油 小麦粉 片栗粉 三温糖	桜えび ロースハム 卵	玉葱 人参 グリーンピース ねぎ きゅうり キャベツ コーン缶 トマト	塩 こしょう 酢 しょうゆ コンソメ	ココアミルク りんご クラッカー	ごはん	麦茶 ビスケット 牛乳 りんご クラッカー	
水	10 24	八宝菜 きゅうりの酢の物 新じゃがの味噌汁	① 326kcal ② 17.3g ③ 17.4g ④ 2.0g	油 ごま油 三温糖 片栗粉 じゃが芋	うずらの卵 かまぼこ 豚肉 わかめ しらす 味噌 油揚げ	白菜 しいたけ ねぎ たけのこ 人参 生姜	しょうゆ 中華味 酢 塩	麦茶 ★シャカシャ カココアパン	焼きそば	牛乳 卵ボーロ 麦茶 ★ココアパン	
木	11 25	ピザ風オムレツ もやしナムル ささ身のスープ	① 208kcal ② 15.3g ③ 6.2g ④ 0.8g	じゃが芋 ごま油 三温糖 片栗粉	卵 チーズ ささ身	玉葱 人参 グリーンピース もやし きゅうり ねぎ しいたけ	コンソメ 酢 しょうゆ 鶏ガラ	麦茶 ★お赤飯(11 日) ★クッキング (25日)	ジャムパン	牛乳 ウエハース 麦茶 ★お赤飯	
金	12 26	バターチキンカレー ゆでウインナー マカロニサラダ	① 249kcal ② 11.2g ③ 9.6g ④ 1.1g	バター じゃが芋 マカロニ マヨネーズ 三温糖	鶏肉 ウインナー ツナ缶	玉葱 しめじ 人参 トマト グリーンピース きゅうり コーン缶	塩 こしょう	スキムミルク バナナ ビスケット	ごはん	麦茶 パイ 牛乳 バナナ ビスケット	
土	13 27	ハンバーグ 野菜ソテー スープ	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)、きびめん(小麦アレルギー)、米粉パン (小麦アレルギー)、豆乳(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 パイ 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、たけのこ、わかめ、いちご

※冬の間エネルギーを蓄えた芽や根には栄養がたくさんあります

