



令和6年4月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
2 火	19 金	昼食 御飯 みそ汁 ミートボール さつまいもサラダ 白桃缶	米 砂糖、片栗粉 さつまいも、ごまドレッシング	みそ、卵 ミートボール 魚肉ソーセージ	えのき きゅうり 白桃缶	エネルギー 532Kcal たんぱく質 14.9g 脂 質 15.1g カルシウム 191mg 食塩相当量 1.8g
		午後おやつ 牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳		
3 水	17 水	昼食 ゆかりご飯 みそ汁 鮭の塩焼き 切り干し大根の旨煮 パイン缶	米 砂糖	みそ 鮭 油揚げ	ゆかり もやし、はくさい 切り干し大根、にんじん、いんげん パイン缶	エネルギー 444Kcal たんぱく質 18.5g 脂 質 8.5g カルシウム 175mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ 牛乳 お祝いゼリー		牛乳 生クリーム	ストロベリーゼリーの素	
4 木	17 水	昼食 ロールパン ポークシチュー キャベツとちくわのサラダ オレンジ	ロールパン じゃがいも 和風ドレッシング	豚肉 ちくわ	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム キャベツ、にんじん オレンジ	エネルギー 477Kcal たんぱく質 15.4g 脂 質 10.5g カルシウム 64mg 食塩相当量 1.6g
		午後おやつ 麦茶 焼きおにぎり	焼きおにぎり	麦茶		
5 金	16 火	昼食 豚丼 みそ汁 大根とツナのサラダ りんご	米、片栗粉 マヨネーズ	豚肉 みそ、油揚げ ツナ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく なめこ だいこん、きゅうり、にんじん、コーン りんご	エネルギー 569Kcal たんぱく質 18.4g 脂 質 21.1g カルシウム 163mg 食塩相当量 1.5g
		午後おやつ 牛乳 丸ぼうろ	丸ぼうろ	牛乳		
8 月	26 金	昼食 肉みそうどん すまし汁 ブロッコリーの三色サラダ 黄桃缶	うどん、片栗粉 フレンチドレッシング	豚肉 豆腐 ベーコン	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ ねぎ ブロッコリー、にんじん、コーン 黄桃缶	エネルギー 442Kcal たんぱく質 15.2g 脂 質 19.8g カルシウム 156mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ 牛乳 お麩のラスク(シュガー)	お麩、無塩バター、グラニュー糖	牛乳		
9 火	18 木	昼食 ご飯 中華スープ シュウマイ きゅうりとささみの中華サラダ フルーツカクテル缶	米 砂糖、ごま油	シュウマイ 鶏肉	わかめ、コーン きゅうり フルーツカクテル缶	エネルギー 477Kcal たんぱく質 12.9g 脂 質 13.5g カルシウム 45mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ 野菜ジュース やわらかサブレ	やわらかサブレ		野菜ジュース	
10 水	25 木	昼食 ハヤシライス メンチカツ 小松菜のごま和え バナナ	米 すりごま	豚肉 メンチカツ ハム	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム 小松菜、にんじん バナナ	エネルギー 576Kcal たんぱく質 20.6g 脂 質 15.4g カルシウム 129mg 食塩相当量 2.8g
		午後おやつ 麦茶 やわらかおかき(うすしお)	やわらかおかき(うすしお)	麦茶		
11 木	22 月	昼食 ご飯 すまし汁 鶏肉のカレー焼き きんぴらごぼう りんご缶	米 油 砂糖	鶏肉 さつまいも揚げ	かぶ、あさつき にんにく ごぼう、にんじん りんご缶	エネルギー 417Kcal たんぱく質 18.7g 脂 質 9.8g カルシウム 145mg 食塩相当量 1.6g
		午後おやつ 牛乳 ソフトクレープ(バニラ)	ソフトクレープ(バニラ)	牛乳		
12 金	23 火	昼食 こどもパン コンソメスープ オムレツ 春雨サラダ 洋なし缶	こどもパン 春雨、中華ドレッシング	オムレツ 魚肉ソーセージ	キャベツ、たまねぎ きゅうり、にんじん 洋なし缶	エネルギー 329Kcal たんぱく質 14.0g 脂 質 11.7g カルシウム 173mg 食塩相当量 1.3g
		午後おやつ 牛乳 マカロニきな粉	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉		
15 月	30 火	昼食 ご飯 みそ汁 魚のマヨネーズ焼き ほうれん草の和え物 みかん缶	米 じゃがいも、焼き麩 マヨネーズ	みそ メルルーサ ツナ、かつお節	パセリ ほうれん草、にんじん みかん缶	エネルギー 528Kcal たんぱく質 22.1g 脂 質 19.1g カルシウム 229mg 食塩相当量 1.6mg
		午後おやつ 牛乳 ソフトシュークリーム	ソフトシュークリーム	牛乳		
24 水	☆ お誕生 日給食 ☆	ご飯 みそ汁 鶏のから揚げ ひじきの煮物 カットゼリー(マスクット)	米 油、片栗粉、小麦粉 ごま油、砂糖	豆腐、油揚げ、みそ 鶏肉、卵 油揚げ	しょうが ひじき、にんじん、いんげん カットゼリー	エネルギー 540Kcal たんぱく質 20.3g 脂 質 13.3g カルシウム 348mg 食塩相当量 1.1mg
		ジョア ケーキ	ケーキ	ジョア 生クリーム		

※おやつ 4月20日(土) サッポロポテト 4月29日(月) たべっ子どうぶつ

※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。