



# 4月の献立表



くぬぎ保育園

日付	曜日	おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)	主な材料	カロリー	
1	月	牛乳	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 切干大根の煮物 すまし汁(小松菜・えのき)	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 精白米 ぎんざけ マヨネーズ 食塩 切干しいこん にんじん 油揚げ グリーンピース 濃口しょうゆ 三温糖 木みりん 和風だし 薄口しょうゆ かつお・昆布だし こまつな えのきたけ 薄力粉 黒砂糖 鶏卵 無塩バター ベーキングパウダー	3歳未満児 430 Kcal 3歳以上児 573 Kcal	
2	火	牛乳	ごはん 豆腐のチキンナゲット 白菜の昆布和え 中華スープ(玉ねぎ・人参)	牛乳 やさいゼリー チーズ	牛乳 精白米 鶏ひき肉 木綿豆腐 おろししょうが 片栗粉 顆中華だし 油 ケチャップ はくさい キャベツ きゅうり にんじん 塩昆布 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ やさいゼリー プロセスチーズ	3歳未満児 440 Kcal 3歳以上児 530 Kcal	
3	水	飲む ヨーグルト	ごはん 牛肉の洋風炒め マカロニサラダ 春野菜のスープ	牛乳 ジャムサンド	ドリンクヨーグルト 精白米 牛かた たまねぎ ケチャップ ウスターソース 濃口しょうゆ 三温糖 マカロニ きゅうり キャベツ にんじん マヨネーズ 食塩 プイオン アスパラガス 牛乳 食パン いちごジャム	3歳未満児 537 Kcal 3歳以上児 637 Kcal	
4	木	入 園 進 級 式					
5	金	牛乳	ごはん ふりかけ(かつお) 肉じゃが 春キャベツのごま酢あえ バナナ	牛乳 抹茶クッキー	牛乳 精白米 ふりかけ(かつお) ぶたもも じゃがいも にんじん たまねぎ グリーンピース 和風だし 三温糖 濃口しょうゆ みりん かつお・昆布だし キャベツ りょくとうもやし きゅうり 油揚げ いりごま 穀物酢 バナナ 薄力粉 鶏卵 無塩バター 抹茶	3歳未満児 581 Kcal 3歳以上児 716 Kcal	
6	土	飲む ヨーグルト	ミートスパゲティ コーンスープ オレンジ	牛乳 バームクーヘン	ドリンクヨーグルト スパゲティ 牛ひき肉 ぶたひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ トマトピューレ プイオン 牛乳 コーン コーンスープ(粉末) オレンジ バームクーヘン	3歳未満児 509 Kcal 3歳以上児 537 Kcal	
8	月	牛乳	ごはん ツナ入り厚焼き玉子 キャベツのゆかり和え すまし汁(玉ねぎ・しめじ)	牛乳 きなこトースト	牛乳 精白米 まぐろ油漬缶詰 鶏卵 たまねぎ にんじん しいたけ グリーンピース 濃口しょうゆ 三温糖 和風だし キャベツ きゅうり ふりかけ(ゆかり) 薄口しょうゆ かつお・昆布だし ぶなしめじ 食パン きな粉 無塩バター	3歳未満児 434 Kcal 3歳以上児 532 Kcal	
9	火	牛乳	ビーフカレー コールスローサラダ ぶどうゼリー	牛乳 麩のラスク	牛乳 牛かた たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ 油 精白米 カレー粉 ウスターソース キャベツ コーン きゅうり 穀物酢 三温糖 みりん 食塩 ぶどうゼリー ふ 無塩バター	3歳未満児 542 Kcal 3歳以上児 668 Kcal	
10	水	飲む ヨーグルト	ごはん カレイの照り焼き ほうれん草のごま和え みそ汁(豆腐・わかめ)	牛乳 サラダせんべい バナナ	ドリンクヨーグルト 精白米 カラスガレイ 濃口しょうゆ みりん 三温糖 ほうれん草 キャベツ きゅうり にんじん 薄口しょうゆ いりごま みそ 和風だし かつお・昆布だし 木綿豆腐 わかめ 牛乳 サラダせんべい バナナ	3歳未満児 424 Kcal 3歳以上児 501 Kcal	
11	木	牛乳	ごはん 中華風ローストチキン もやしの中華和え わかめスープ	牛乳 フライドポテト	牛乳 精白米 鶏もも(皮なし) たまねぎ おろししょうが おろしにんにく 濃口しょうゆ みりん ごま油 中華だし りょくとうもやし キャベツ にんじん きゅうり いりごま 穀物酢 三温糖 わかめ じゃがいも 薄力粉 片栗粉 食塩 油	3歳未満児 428 Kcal 3歳以上児 525 Kcal	
12	金	牛乳	ごはん 豚肉の生姜炒め 小松菜と油揚げの煮浸し みそ汁(じゃが芋・人参)	牛乳 キャラットマフィン	牛乳 精白米 ぶたもも たまねぎ 濃口しょうゆ みりん おろししょうが こまつな キャベツ 油揚げ 三温糖 薄口しょうゆ みそ 和風だし かつお・昆布だし じゃがいも にんじん 薄力粉 ベーキングパウダー 無塩バター 鶏卵	3歳未満児 475 Kcal 3歳以上児 583 Kcal	
13	土	飲む ヨーグルト	チキンピラフ コンソメスープ(人参・キャベツ) バナナ	牛乳 カスタードロール	ドリンクヨーグルト 精白米 鶏もも(皮なし) たまねぎ にんじん コーン グリーンピース プイオン 無塩バター キャベツ バナナ 牛乳 カスタードロール	3歳未満児 425 Kcal 3歳以上児 472 Kcal	
15	月	牛乳	牛丼 具沢山みそ汁 りんごゼリー	牛乳 シュガードーナツ	牛乳 牛かた たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ 三温糖 和風だし おろししょうが 油 精白米 かつお・昆布だし みそ だいにん 油揚げ 青ねぎ りんごゼリー 薄力粉 ベーキングパウダー 精こし豆腐 粉糖	3歳未満児 518 Kcal 3歳以上児 644 Kcal	
16	火	牛乳	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 切干大根の煮物 すまし汁(小松菜・えのき)	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 精白米 ぎんざけ マヨネーズ 食塩 切干しいこん にんじん 油揚げ グリーンピース 濃口しょうゆ 三温糖 みりん 和風だし 薄口しょうゆ かつお・昆布だし こまつな えのきたけ 薄力粉 黒砂糖 鶏卵 無塩バター ベーキングパウダー	3歳未満児 430 Kcal 3歳以上児 573 Kcal	
17	水	飲む ヨーグルト	ごはん 豆腐のチキンナゲット 白菜の昆布和え 中華スープ(玉ねぎ・人参)	牛乳 やさいゼリー チーズ	ドリンクヨーグルト 精白米 鶏ひき肉 木綿豆腐 おろししょうが 片栗粉 中華だし 油 ケチャップ はくさい キャベツ きゅうり にんじん 塩昆布 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ 牛乳 やさいゼリー プロセスチーズ	3歳未満児 459 Kcal 3歳以上児 530 Kcal	
18	木	牛乳	ごはん 牛肉の洋風炒め マカロニサラダ 春野菜のスープ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 精白米 牛かた たまねぎ ケチャップ ウスターソース 濃口しょうゆ 三温糖 マカロニ きゅうり キャベツ にんじん マヨネーズ 食塩 プイオン アスパラガス 食パン いちごジャム	3歳未満児 518 Kcal 3歳以上児 637 Kcal	
19	金	牛乳	ごはん ふりかけ(かつお) 肉じゃが 春キャベツのごま酢あえ バナナ	牛乳 抹茶クッキー	牛乳 精白米 ふりかけ(かつお) ぶたもも じゃがいも にんじん たまねぎ グリーンピース 和風だし 三温糖 濃口しょうゆ みりん かつお・昆布だし キャベツ りょくとうもやし きゅうり 油揚げ いりごま 穀物酢 バナナ 薄力粉 鶏卵 無塩バター 抹茶	3歳未満児 581 Kcal 3歳以上児 716 Kcal	
20	土	飲む ヨーグルト	ミートスパゲティ コーンスープ オレンジ	牛乳 バームクーヘン	ドリンクヨーグルト スパゲティ 牛ひき肉 ぶたひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ トマトピューレ プイオン 牛乳 コーン コーンスープ(粉末) オレンジ バームクーヘン	3歳未満児 509 Kcal 3歳以上児 537 Kcal	
22	月	牛乳	ごはん ツナ入り厚焼き玉子 キャベツのゆかり和え すまし汁(玉ねぎ・しめじ)	牛乳 きなこトースト	牛乳 精白米 まぐろ油漬缶詰 鶏卵 たまねぎ にんじん しいたけ グリーンピース 濃口しょうゆ 三温糖 和風だし キャベツ きゅうり ふりかけ(ゆかり) 薄口しょうゆ かつお・昆布だし ぶなしめじ 食パン きな粉 無塩バター	3歳未満児 434 Kcal 3歳以上児 532 Kcal	
23	火	牛乳	ポークカレー コールスローサラダ ぶどうゼリー	牛乳 麩のラスク	牛乳 ぶたもも たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ 油 精白米 カレー粉 ウスターソース キャベツ コーン きゅうり 穀物酢 三温糖 みりん 食塩 ぶどうゼリー ふ 無塩バター	3歳未満児 551 Kcal 3歳以上児 679 Kcal	
24	水	誕生会	竹の子ごはん 鶏肉の唐揚げ おかか和え みそ汁(麩・わかめ) ヨーコ	アップルジュース マーブルケーキとホイップ	牛乳 精白米 たけのこ水浸缶詰 ぶなしめじ にんじん 油揚げ 濃口しょうゆ みりん 和風だし 和風だし 鶏もも おろししょうが 片栗粉 薄力粉 油 キャベツ きゅうり りょくとうもやし かつお 薄口しょうゆ みそ かつお・昆布だし ぶなしめじ ドリンクヨーグルト りんごジュース 三温糖 ベーキングパウダー 無塩バター 鶏卵 ビュッコア 栗クリーム グラニュー糖	3歳未満児 584 Kcal 3歳以上児 696 Kcal	
25	木	牛乳	ごはん カレイの照り焼き ほうれん草のごま和え みそ汁(豆腐・わかめ)	牛乳 サラダせんべい バナナ	牛乳 精白米 カラスガレイ 濃口しょうゆ みりん 三温糖 ほうれん草 キャベツ きゅうり にんじん 薄口しょうゆ いりごま みそ 和風だし かつお・昆布だし 木綿豆腐 わかめ サラダせんべい バナナ	3歳未満児 405 Kcal 3歳以上児 501 Kcal	
26	金	牛乳	ごはん 中華風ローストチキン もやしの中華和え わかめスープ	牛乳 フライドポテト	牛乳 精白米 鶏もも(皮なし) たまねぎ おろししょうが おろしにんにく 濃口しょうゆ みりん ごま油 中華だし りょくとうもやし キャベツ にんじん きゅうり いりごま 穀物酢 三温糖 わかめ じゃがいも 薄力粉 片栗粉 食塩 油	3歳未満児 428 Kcal 3歳以上児 525 Kcal	
27	土	飲む ヨーグルト	チキンピラフ コンソメスープ(人参・キャベツ) バナナ	牛乳 カスタードロール	ドリンクヨーグルト 精白米 鶏もも(皮なし) たまねぎ にんじん コーン グリーンピース プイオン 無塩バター キャベツ バナナ 牛乳 カスタードロール	3歳未満児 425 Kcal 3歳以上児 472 Kcal	
30	火	牛乳	ごはん 豚肉の生姜炒め 小松菜と油揚げの煮浸し みそ汁(じゃが芋・人参)	牛乳 キャラットマフィン	牛乳 精白米 ぶたもも たまねぎ 濃口しょうゆ みりん おろししょうが こまつな キャベツ 油揚げ 三温糖 薄口しょうゆ みそ 和風だし かつお・昆布だし じゃがいも にんじん 薄力粉 ベーキングパウダー 無塩バター 鶏卵	3歳未満児 475 Kcal 3歳以上児 583 Kcal	

ご入園、ご進級おめでとうございます！

新しい生活がスタートする4月です。新たな環境の中で、子ども達は毎日ドキドキ・ワクワクしていることでしょう。給食室では、子ども達にとって給食が保育園での楽しみの1つになるように、子ども達からの「おいしかった！」の声がたくさん聞けるように、安全でおいしい給食を提供して参ります。給食室に本日の給食とおやつサンプルを展示しています。お子さんと一緒に見ていただいて、「今日は何食べた？」「おいしかった？」など、感想を聞いてみてください。