



平成27年度 4月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	幼児 牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段 乳児	
			赤	緑	黄		下段	幼児
			血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの		エネルギー	たんぱく質
1	水	○ 麦ごはん、果物 白身魚の胡麻照り焼き バンサンスー みそ汁	白身魚 ロースハム 油揚げ みそ	果物 人参 きゅうり 玉ねぎ	米、七分つき押麦 ごま 砂糖 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 お米のケーキ	523	23.0
2	木	○ ハヤシライス コールスローサラダ チーズ 果物	豚もも肉 チーズ	人参 しめじ 玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり コーン	米、七分つき押麦 砂糖 油	麦茶 ゼリー	566	18.8
3	金	○ 麦ごはん、果物 鶏肉のマーメレード焼き マカロニサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 ロースハム	果物 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 キャベツ	米、七分つき押麦 マーメレード マヨネーズ じゃがいも	麦茶 クリームパン	542	23.7
4	土	入園・進級式				オレンジ ジュース		
6	月	○ 食パン 果物 グリスピーチキン ほうれん草とコーンソテー きゃべつのスープ	鶏もも肉	果物 ほうれん草 人参 コーン キャベツ もやし 人参 しめじ	食パン コーンフレーク	麦茶 おにぎり	514	23.3
7	火	○ 麦ごはん、果物 魚のオーロラ焼き キャベツのおかか和え 豆腐のみそ汁	白身魚 かつお節 豆腐、みそ	果物 人参 キャベツ 玉ねぎ ねぎ	米、七分つき押麦 マヨネーズ	麦茶 ヨーグルト ウエハース	514	23.0
8	水	○ 麦ごはん、果物 コロケ ブロッコリー ひじきの煮物 みそ汁	豚ひき肉 油揚げ ひじき みそ わかめ	果物 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ	米、七分つき押麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 砂糖 油	麦茶 ポップコーン	543	20.3
9	木	○ カレーライス バンサンスー チーズ 果物	豚もも肉 ロースハム チーズ	玉ねぎ 人参 グリンピース 人参 きゅうり	米 じゃがいも 油 カレールウ 春雨 砂糖 ごま油	麦茶 ふわっとふー	536	20.0
10	金	○ 焼きそば フライドポテト わかめスープ 果物	豚もも肉 わかめ	果物 キャベツ もやし 人参 し 人参 玉ねぎ	中華蒸し麺 油 じゃがいも 油	麦茶 人参ケーキ	518	18.0
11	土	○ チキンライス ウィンナー フレンチサラダ 野菜スープ 果物	鶏もも肉 ウィンナー	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 人参 きゅうり 人参 玉ねぎ しめじ コーン	米 油 油 砂糖	麦茶 せんべい	528	18.4
13	月	○ 麦ごはん、果物 ミートローフ もやしのナムル チンゲン菜スープ	豚挽肉 わかめ	果物 玉ねぎ 人参 しめじ もやし 人参 玉ねぎ チンゲンサイ 人参	米、七分つき押麦 パン粉 ごま油	麦茶 チーズ蒸しパン	528	21.9
14	火	○ 黒米飯 果物 さわらの味噌漬焼き 大豆のいそ煮 すまし汁	さわら、みそ だいず 昆布 鶏もも肉	果物 人参 しいたけ ごぼう いんげん 玉ねぎ、えのきたけ	米 黒米 砂糖 砂糖 油	麦茶 クラッカーサンド	581	26.3
15	水	○ 食パン 果物 タンドリーチキン 大根サラダ もやしのスープ	鶏もも肉 ヨーグルト ロースハム ベーコン	果物 にんにく 生姜 ケチャップ 大根、 もやし、ほうれん草、人参	食パン 油、	麦茶 きな粉団子	521	25.3
16	木	○ 麦ごはん、果物 さばのごま照り焼き マカロニサラダ みそ汁	さば わかめ	果物 人参 きゅうり 玉ねぎ	米、七分つき押麦 ごま 砂糖 マカロニ マヨネーズ 麩	麦茶 ふかしいも (じゃがいも)	534	23.0
17	金	○ 麦ごはん 魚のフライ トマト 春ポトフ 果物	白身魚 ウィンナー	トマト かぶ 玉ねぎ 人参 キャベツ 果物	米、七分つき押麦 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも	麦茶 ラスク	523	24.7
18	土	○ マーボー豆腐丼 果物 春雨サラダ みそ汁	木綿豆腐 豚ひき肉 ロースハム わかめ みそ	玉ねぎ 人参 葱 しめじ 果物 人参 きゅうり 玉ねぎ	米、七分つき押麦 ごま油 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖 麩	麦茶 かし	577	21.9
20	月	○ 麦ごはん 果物 鶏肉のから揚げ トマト 切干大根のにつけ もやしのみそ汁	鶏もも肉 油揚げ みそ、油揚げ	果物 トマト 切干大根 人参 いんげん キャベツ、もやし	米、七分つき押麦 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 ミルクプリン	536	21.7
21	火	○ スパゲティミートソース 春キャベツのおかかあえ かみかみ昆布 野菜スープ 果物	豚ひき肉 かつお節 昆布	キャベツ、もやし、人参 玉ねぎ、人参 玉ねぎ 青菜 果物	米 片栗粉、油	麦茶 おにぎり	517	19.5
22	水	○ 麦ごはん 果物 魚のチーズ焼き フレンチサラダ みそ汁	鮭 チーズ わかめ みそ	果物 きゅうり、人参 キャベツ 玉ねぎ	米、七分つき押麦 油、砂糖 じゃがいも	麦茶 シリアルバー	528	22.2
23	木	○ 食パン 果物 ハンバーグ ツナサラダ コーンミルクスープ	豚挽肉 ツナ 牛乳	果物 玉ねぎ 人参 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ	食パン 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 片栗粉、油	麦茶 みたらし団子	531	24.2
24	金	○ 麦ごはん 果物 まぐろのカレー風味揚げ 青菜の煮浸し 春雨とわかめのスープ	まぐろ 油揚げ わかめ	果物 こまつな 人参 ねぎ	米、七分つき押麦 片栗粉、油 はるさめ	麦茶 サンドパン	531	24.2
25	土	○ うどん ポテトサラダ 小魚 果物	鶏もも肉 うずらの卵 小魚	玉ねぎ 人参 しいたけ きゅうり 人参 コーン キャベツ 果物	米、七分つき押麦 うどん じゃがいも マヨネーズ	麦茶 せんべい	535	23.5
27	月	○ 麦ごはん 果物 松風焼き 海藻サラダ キャベツのみそ汁	鶏挽肉 みそ わかめ だし みそ	玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 きゅうり キャベツ	米、七分つき押麦 パン粉 ごま 油 砂糖	麦茶 りんごマフィン	541	23.9
28	火	○ たけのこごはん、果物 ししやも トマト 肉じゃが みそ汁	鶏もも肉、油揚げ ししやも 豚もも肉 豆腐 みそ	竹の子、人参、さやえんどう、果物 トマト 玉ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ	米、砂糖 じゃがいも 砂糖	麦茶 イチゴパイ	540	22.3
30	木	○ 麦ごはん 果物 豆腐入りチキンナゲット ブロッコリー コーンサラダ ポテトスープ	豆腐 鶏もも肉 鶏挽肉	果物 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン ごぼう	米、七分つき押麦 片栗粉 油 砂糖 油 じゃがいも	麦茶 バナナ	535	20.8

※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。

※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。幼稚園籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。

※ 幼稚園在籍の子の給食提供は4・5歳児は9日、3歳児は20日からとなります。

1日分平均値	乳児	幼児
脂質	17.8	17.2
塩分	1.8	2.1

|

|

|

|