




2024年 4月 給食献立表 乳児(3歳未満児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1	月	ご飯 鶏のごま味噌焼き 春キャベツのおかかお浸し 豆腐と葱のすまし汁 オレンジ	クッキー 牛乳	鶏もも肉・みそ・牛乳 木綿豆腐・かつお節 煮干し	米・砂糖・ごま・麩 小麦粉・バター	生姜・キャベツ・人参・小松菜 長ねぎ・オレンジ
2 ・ 16	火	ご飯 鮭のみりん焼き きゅうりとわかめの酢の物 味噌けんちん汁	マカロニナポリタン 牛乳	鮭・木綿豆腐・ツナ 煮干し・みそ・牛乳 鶏もも肉	米・砂糖・ごま油 マカロニ・油	きゅうり・人参・わかめ・大根 長ねぎ・ごぼう・玉ねぎ・ピーマン マッシュルーム・ケチャップ
3 ・ 17	水	麻婆丼 三色ナムル チキンスープ オレンジ	おさつスティック 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 みそ・牛乳・煮干し 鶏もも肉	米・油・砂糖・ごま ごま油・片栗粉 さつま芋	にんにく・生姜・人参・長ねぎ もやし・ほうれん草・キャベツ 玉ねぎ・オレンジ
4	木	鶏わかめうどん 豆腐入り真珠蒸し バナナヨーグルト	ごまじゃこチャーハン 牛乳	鶏もも肉・豚ひき肉 絹ごし豆腐・牛乳 ヨーグルト・しらす かつお節	うどん・片栗粉・油 もち米・砂糖・米 ごま・ごま油	わかめ・人参・大根・長ねぎ 玉ねぎ・バナナ・青ネギ・生姜
5 ・ 19	金	ご飯 豚肉の生姜炒め 春キャベツの甘酢和え ごぼうとほうれん草の味噌汁	バナナケーキ 牛乳	豚もも肉・煮干し みそ・牛乳	米・片栗粉・油 小麦粉・砂糖	玉ねぎ・ピーマン・キャベツ きゅうり・人参・コーン・ごぼう ほうれん草・バナナ・生姜
6 ・ 20	土	鶏肉丼 チンゲン菜のおかか和え なめこと葱の味噌汁	ひじきご飯おにぎり 牛乳	鶏もも肉・かつお節 みそ・牛乳・油揚げ	米・片栗粉・油 はるさめ	玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜 きゅうり・なめこ・長ねぎ わかめ・ひじき・人参
8 ・ 22	月	わかめご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ 切干大根の味噌汁 バナナ	お麩ラスク 牛乳	鶏もも肉・油揚げ 煮干し・みそ・牛乳	米・ごま・マカロニ マヨネーズ・砂糖 麩・バター	わかめ・キャベツ・きゅうり 人参・コーン・切干大根 ほうれん草・バナナ
9 ・ 23	火	ボークカレーライス コールスロー チンゲン菜のスープ	黒蜜きなこゼリー 牛乳	豚もも肉・みそ・牛乳 煮干し・鶏もも肉 きな粉	米・じゃが芋・油 砂糖・小麦粉・黒砂糖	玉ねぎ・人参・生姜・にんにく りんご・コーン・チンゲン菜 アガー・ケチャップ・キャベツ きゅうり
10 ・ 24	水	ご飯 豆腐入り松風焼き 小松菜と高野豆腐の煮浸し かぶの味噌汁 オレンジ	ココアちんすこう 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐 みそ・高野豆腐 煮干し・牛乳	米・砂糖・パン粉 ごま・小麦粉・油	長ねぎ・青のり・小松菜・人参 かぶ・しめじ・オレンジ・生姜
11 ・ 25	木	ご飯 かれいの煮付け 切干大根のごまマヨサラダ キャベツの味噌汁 バナナ	ツナおにぎり 牛乳	かれい・みそ・牛乳 ツナ・かつお節	米・砂糖・ごま マヨネーズ・じゃが芋	生姜・切干大根・きゅうり・人参 ひじき・コーン・キャベツ・玉ねぎ バナナ
12 ・ 26	金	ご飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え 大根の味噌汁	いちごジャムサンド 牛乳	豚もも肉・みそ 煮干し・牛乳	米・じゃが芋・ごま 油・砂糖・しらたき 食パン・バター	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草・キャベツ・大根 なめこ・長ねぎ・いちごジャム
13 ・ 27	土	焼きうどん さつま芋のみつがけ えのきの味噌汁	チキンピラフ 牛乳	豚もも肉・かつお節 煮干し・みそ・牛乳 鶏ひき肉	うどん・油・砂糖 さつま芋・米	キャベツ・もやし・長ねぎ・人参 玉ねぎ・えのき・わかめ・パセリ
15	月	だけのご飯 鶏の唐揚げ 春キャベツのおかかお浸し 小松菜と麩のすまし汁 紅白ゼリー 	クッキー 牛乳	鶏もも肉・かつお節 木綿豆腐・牛乳・豆乳	米・片栗粉・麩 小麦粉・油・砂糖 バター	だけのご・人参・生姜・にんにく キャベツ・小松菜・長ねぎ アガー・アセロラジュース
18	木	食パン 春野菜のラタトゥイユ じゃが芋とツナの炒め物 春雨スープ バナナ	ごまじゃこチャーハン 牛乳	鶏もも肉・ツナ・牛乳 煮干し・しらす	食パン・油・砂糖 じゃが芋・はるさめ 米・ごま・ごま油	キャベツ・玉ねぎ・アスパラガス トマト缶・にんにく・チンゲン菜 しめじ・バナナ・青ねぎ・パセリ
30	火	生揚げの五目丼 ポテトサラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 オレンジ	きなこクッキー 牛乳	厚揚げ・ツナ・みそ 牛乳・きな粉・豆乳 かつお節	米・砂糖・片栗粉 ごま油・じゃが芋・油 マヨネーズ・小麦粉	人参・長ねぎ・干しいだけ・生姜 にんにく・グリーンピース・きゅうり コーン・大根・玉ねぎ・わかめ オレンジ



☆ 今月の平均給与栄養量 ☆




エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
480Kcal	19.0g	16.6g	248mg	1.7mg	164μg	0.30mg	0.36mg	20mg	1.5g



2024年 4月 給食献立表 幼児(3歳以上児)



日	曜日	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1	月	ご飯 鶏のごま味噌焼き 春キャベツのおかかお浸し 豆腐と葱のすまし汁 オレンジ	クッキー 牛乳	鶏もも肉・みそ・牛乳 木綿豆腐・かつお節 煮干し	米・砂糖・ごま・麩 小麦粉・バター	生姜・キャベツ・人参・小松菜 長ねぎ・オレンジ
2 ・ 16	火	ご飯 鮭のみりん焼き きゅうりとわかめの酢の物 味噌けんちん汁	マカロニナポリタン 牛乳	鮭・木綿豆腐・ツナ 煮干し・みそ・牛乳 鶏もも肉	米・砂糖・ごま油 マカロニ・油	きゅうり・人参・わかめ・大根 長ねぎ・ごぼう・玉ねぎ・ピーマン マッシュルーム・ケチャップ
3 ・ 17	水	麻婆丼 三色ナムル チキンスープ オレンジ	おさつスティック 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 みそ・牛乳・煮干し 鶏もも肉	米・油・砂糖・ごま ごま油・片栗粉 さつま芋	にんにく・生姜・人参・長ねぎ もやし・ほうれん草・キャベツ 玉ねぎ・オレンジ
4	木	鶏わかめうどん 豆腐入り真珠蒸し バナナヨーグルト	ごまじゃこチャーハン 牛乳	鶏もも肉・豚ひき肉 絹ごし豆腐・牛乳 ヨーグルト・しらす かつお節	うどん・片栗粉・油 もち米・砂糖・米 ごま・ごま油	わかめ・人参・大根・長ねぎ 玉ねぎ・バナナ・青ネギ・生姜
5 ・ 19	金	ご飯 豚肉の生姜炒め 春キャベツの甘酢和え ごぼうとほうれん草の味噌汁	バナナケーキ 牛乳	豚もも肉・煮干し みそ・牛乳	米・片栗粉・油 小麦粉・砂糖	玉ねぎ・ピーマン・キャベツ きゅうり・人参・コーン・ごぼう ほうれん草・バナナ・生姜
6 ・ 20	土	鶏肉丼 チンゲン菜のおかか和え なめこと葱の味噌汁	ひじきご飯おにぎり 牛乳	鶏もも肉・かつお節 みそ・牛乳・油揚げ	米・片栗粉・油 はるさめ	玉ねぎ・キャベツ・チンゲン菜 きゅうり・なめこ・長ねぎ わかめ・ひじき・人参
8 ・ 22	月	わかめご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ 切干大根の味噌汁 バナナ	お麩ラスク 牛乳	鶏もも肉・油揚げ 煮干し・みそ・牛乳	米・ごま・マカロニ マヨネーズ・砂糖 麩・バター	わかめ・キャベツ・きゅうり 人参・コーン・切干大根 ほうれん草・バナナ
9 ・ 23	火	ボークカレーライス コールスロー チンゲン菜のスープ	黒蜜きなこゼリー 牛乳	豚もも肉・みそ・牛乳 煮干し・鶏もも肉 きな粉	米・じゃが芋・油 砂糖・小麦粉・黒砂糖	玉ねぎ・人参・生姜・にんにく りんご・コーン・チンゲン菜・アガー ケチャップ・キャベツ・きゅうり
10 ・ 24	水	ご飯 豆腐入り松風焼き 小松菜と高野豆腐の煮浸し かぶの味噌汁 オレンジ	ココアちんすこう 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐 みそ・高野豆腐 煮干し・牛乳	米・砂糖・パン粉 ごま・小麦粉・油	長ねぎ・青のり・小松菜・人参 かぶ・しめじ・オレンジ・生姜
11 ・ 25	木	ご飯 かれいの煮付け 切干大根のごまマヨサラダ キャベツの味噌汁 バナナ	ツナおにぎり 牛乳	かれい・みそ・牛乳 ツナ・かつお節	米・砂糖・ごま マヨネーズ・じゃが芋	生姜・切干大根・きゅうり・人参 ひじき・コーン・キャベツ・玉ねぎ バナナ
12 ・ 26	金	ご飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え 大根の味噌汁	いちごジャムサンド 牛乳	豚もも肉・みそ 煮干し・牛乳	米・じゃが芋・ごま 油・砂糖・しらたき 食パン・バター	玉ねぎ・人参・グリーンピース ほうれん草・キャベツ・大根 なめこ・長ねぎ・いちごジャム
13 ・ 27	土	焼きうどん さつま芋のみつがけ えのきの味噌汁	チキンピラフ 牛乳	豚もも肉・かつお節 煮干し・みそ・牛乳 鶏ひき肉	うどん・油・砂糖 さつま芋・米	キャベツ・もやし・長ねぎ・人参 玉ねぎ・えのき・わかめ・パセリ
15	月	たけのご飯 鶏の唐揚げ 春キャベツのおかかお浸し 小松菜と麩のすまし汁 紅白ゼリー 	クッキー 牛乳	鶏もも肉・かつお節 木綿豆腐・牛乳・豆乳	米・片栗粉・麩 小麦粉・油・砂糖 バター	たけのこ・人参・生姜・にんにく キャベツ・小松菜・長ねぎ アガー・アセロラジュース
18	木	食パン 春野菜のラタトゥイユ じゃが芋とツナの炒め物 春雨スープ バナナ	ごまじゃこチャーハン 牛乳	鶏もも肉・ツナ・牛乳 煮干し・しらす	食パン・油・砂糖 じゃが芋・はるさめ 米・ごま・ごま油	キャベツ・玉ねぎ・アスパラガス トマト缶・にんにく・チンゲン菜 しめじ・バナナ・青ねぎ・パセリ
30	火	生揚げの五目丼 ポテトサラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 オレンジ	きなこクッキー 牛乳	厚揚げ・ツナ・みそ 牛乳・きな粉・豆乳 かつお節	米・砂糖・片栗粉 ごま油・じゃが芋・油 マヨネーズ・小麦粉	人参・長ねぎ・干しいだけ・生姜 にんにく・グリーンピース・きゅうり コーン・大根・玉ねぎ・わかめ オレンジ

☆ 今月の平均給食と栄養量 ☆

エネルギー	タンパク質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
521cal	20.7g	17.3g	213mg	2mg	179μg	0.34mg	0.34mg	25mg	1.7mg

