



# 4月 献立表



令和6年

大網木の花幼稚園

日 曜	献立名 昼食	kcal	あか	きいろ	みどり	その他
			体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
9 火	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの照り焼き 夏みかん 牛乳	489	鶏肉 油揚げ さわら 牛乳	米 砂糖 小切麩	干しいたけ 人参 コーン さやえんどう 焼きのり 大根 みつば 昆布 夏みかん	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 万能つゆ
10 水	中華あんかけご飯 中華スープ ささみとわかめの酢の物 バナナ 牛乳	517	豚肉 鶏肉 牛乳	米 ごま油 片栗粉 砂糖	白薬 人参 にはら 玉ねぎ えのき茸 チンゲン菜 切干大根 わかめ バナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 穀物酢
11 木	ご飯 中華スープ 肉団子の甘酢あんかけ ナムル パイナップル 牛乳	476	豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 ごま油 バン粉 砂糖 片栗粉 ごま	大根 しめじ にはら 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 パイナップル	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 みりん 穀物酢
12 金	ご飯 ツナカレー チンゲン菜の和え物 チーズ 牛乳	521	かつおフレーク チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 キャベツ	水 カレールウ 穀物酢 塩
15 月	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 かれないのみりん焼き じゃが芋の煮物 オレンジ 牛乳	455	油揚げ 味噌 かれない 牛乳	米 砂糖 じゃが芋	キャベツ 塩昆布 干しいたけ 長ねぎ チンゲン菜 昆布 しょうが 玉ねぎ 人参 グリンピース オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ
16 火	ご飯 コンソメスープ ベーコン入りオムレツ ごぼうサラダ バナナ 牛乳	493	鶏卵 ベーコン 牛乳	米 無塩バター ノンエッグマヨネーズ	南瓜 切干大根 小松菜 玉ねぎ 人参 ごぼう キャベツ パプリカ きゅうり バナナ	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ
17 水	ご飯 ポークカレー コーンサラダ オレンジ 牛乳	552	豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 白菜 きゅうり コーン オレンジ	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
18 木	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ なめたけ和え チーズ 牛乳	540	油揚げ 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 片栗粉 油	干しいたけ 長ねぎ 昆布 しょうが キャベツ 人参 ほうれん草 なめ茸	水 こいくちしょうゆ 料理酒
19 金	ミートソーススパゲティ コンソメスープ ブロッコリーのマヨサラダ パイナップル 牛乳	496	豚肉 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ ブロッコリー もやし パイナップル	トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水
22 月	ご飯 味噌汁 たらのフライ ビーフンと野菜の和え物 オレンジ 牛乳	464	高野豆腐 味噌 たら 牛乳	米 薄力粉 バン粉 油 片栗粉 ビーフン 砂糖	干しいたけ 玉ねぎ チンゲン菜 昆布 キャベツ 人参 オレンジ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 穀物酢
23 火	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き 人参ドレッシングサラダ チーズ 牛乳	480	鶏肉 チーズ 牛乳	米 さつま芋 マーマレード	人参 わかめ 切干大根 小松菜 コーン	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 人参ドレッシング
24 水	野菜パン ミルクスープ ハンバーグ 白菜のマリネ パイナップル 牛乳	503	スキムミルク 牛乳 豚肉 木綿豆腐	野菜パン バン粉 片栗粉 油 砂糖	人参 玉ねぎ コーン バセリ 白菜 きゅうり パプリカ パイナップル	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢
25 木	ご飯 中華スープ マーボー豆腐 ブロッコリーの和え物 バナナ 牛乳	487	厚揚げ 木綿豆腐 豚肉 味噌 牛乳	米 ごま油 油 砂糖 片栗粉	えのき茸 にはら 長ねぎ しょうが にんにく ブロッコリー キャベツ 人参 バナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒
30 火	二色そばろ丼 味噌汁 小松菜ソテー チーズ 牛乳	524	鶏肉 鶏卵 油揚げ 味噌 チーズ 牛乳	米 油 砂糖	しょうが 干しいたけ 南瓜 切干大根 昆布 小松菜 キャベツ 人参	水 万能つゆ 塩 チキンスープの素

### ☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児 目標量	450	18.5	16.6	200	1.4
幼児 平均量	500	21.2	17.9	276	1.5

※赤字・青字はアレルギー対応食

※赤字・代替食

※青字・除去食

☆園の給食では栄養豊富で美味しい『金芽米』を使用しています。