



# 4月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。  
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和4年4月1日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	金	ご飯・さばの味噌煮 切干大根の酢の物 人参のすまし汁・りんご	牛乳 チーズラスク	米、○フランスパン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖	○牛乳、さば、木綿豆腐、かつお味付けフレーク缶、ちくわ、○粉チーズ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、きゅうり、にんじん皮むき、葉ねぎ、切り干しだいこん、えのきたけ、生わかめ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、しょうゆ、かつおだし・鰹節、食塩、○パセリ粉
2	土	鮭チャーハン 大根スープ バナナ	源氏パイ	米、油	鮭フレーク、豚ひき肉	バナナ、だいこん皮むき、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩
4	月	ご飯・さわらのマヨネーズ焼き 人参とツナのソテー コンソメスープ・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	米、○マカロニ、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○砂糖、油	○牛乳、さわら、ツナ油漬缶(きはだ)、○きな粉、ベーコン、粉チーズ	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、根切りもやし、コーン缶、パセリ	みりん、しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩、○食塩
5	火	ゆかりごはん 牛肉とたけのこの炒め物 ミニトマト・春雨スープ・バナナ	牛乳 ★おからケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○マーガリン、砂糖、ごま油、はるさめ、ごま、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、生揚げ、○卵、○おから、鶏ひき肉	バナナ、ミニトマト、はくさい、にんじん皮むき、たけのこ(水煮缶)、ピーマン、葉ねぎ、えのきたけ、○干しぶどう	しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだしの素、食塩
6	水	ご飯・鶏の和風レモン焼き きゅうりの昆布あえ じゃが芋の味噌汁・りんご	牛乳 ミルク蒸しパン	米、○小麦粉、じゃがいも、○砂糖、○油、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○脱脂粉乳、ツナ油漬缶(きはだ)、ちくわ	りんご、きゅうり、たまねぎ、万能ねぎ、レモン果汁、塩こんぶ、にんにく	しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節、鶏がらだしの素、食塩
7	木	カレーライス 小松菜のツナ和え オレンジ	牛乳 じゃこトースト	米、じゃがいも、○食パン、○マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、砂糖、○ごま、ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ツナ油漬缶(きはだ)、○スライスチーズ、○しらす干し	こまつな、オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)	カレールウ、しょうゆ
8	金	ご飯★ハンバーグ キャベツのソテー じゃがいものスープ・いちご	ヨーグルト	米、じゃがいも、パン粉、油	○ソファール元気ヨーグルト、牛ひき肉、豚ひき肉、卵、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、にんじん皮むき、いちご、根切りもやし、しめじ	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩
9	土	牛丼 厚揚げの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、しらたき、砂糖	牛肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
11	月	ご飯・鮭の西京焼き・五目豆 麩のすまし汁・りんご	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、板こんにゃく、焼ふ、砂糖	○牛乳、さけ、ゆで大豆、ちくわ、白みそ	りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、だいこん皮むき、○いちごジャム、えのきたけ、葉ねぎ	みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩
12	火	ご飯・鶏肉のマーマレード焼き フライドポテト・マカロニスープ いちご	牛乳 ホットケーキ	米、じゃがいも、油、マカロニ、○メープルシロップ	○牛乳、鶏もも肉、ベーコン	いちご、キャベツ、マーマレード、たまねぎ、にんじん皮むき	しょうゆ、コンソメ・粉末、食塩、こしょう
13	水	ご飯・松風焼き きんぴられんこん わかめの味噌汁・オレンジ	牛乳 ★コーンフレーククッキー	米、○小麦粉、○マーガリン、○砂糖、○コーンフレーク、砂糖、片栗粉、ごま、油、ごま油	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、○卵、油揚げ、豚ひき肉	オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、れんこん、だいこん皮むき、葉ねぎ、生わかめ	しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節
14	木	ご飯・厚揚げの酢豚風炒め れんこんチップ ★わか玉スープ・りんご	牛乳 豆乳スコーン	米、○小麦粉、○油、油、○メープルシロップ、砂糖、ごま、片栗粉	○牛乳、生揚げ、卵、木綿豆腐、○調製豆乳	れんこん、りんご、たまねぎ、ピーマン、にんじん皮むき、黄ピーマン、たけのこ(ゆで)、しいたけ、生わかめ、コーン缶	酢、ケチャップ、酒、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩、○食塩
15	金	ご飯・たらのトマトソースかけ ★ハムサラダ・豆乳スープ・バナナ	牛乳 ★マーマレードケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、マヨネーズ、バター、油	○牛乳、調製豆乳、たら、ハム、○卵、大豆水煮缶、ベーコン	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん皮むき、カットトマト缶詰、○マーマレード、きゅうり、にんにく	鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
16	土	チキンライス 玉ねぎのスープ バナナ	源氏パイ	米、油	鶏むね肉(皮付)、ベーコン	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、しめじ、コーン缶	ケチャップ、鶏がらだし・粉末、食塩
18	月	ご飯・ぶりの照り焼き 切干大根の旨煮 小松菜の味噌汁・りんご	牛乳 ★レモンヨーグルトケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、○油、砂糖	○牛乳、ぶり、○ヨーグルト(無糖)、○卵、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、こまつな、にんじん皮むき、たまねぎ、切り干しだいこん、えのきたけ、○レモン果汁	しょうゆ、みりん、酒、かつおだし・鰹節
19	火	ご飯・ひき肉のチーズ焼き シーチキンサラダ かぼちゃの豆乳スープ・バナナ	牛乳 シュガーパイ	米、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、○グラニュー糖、ごま	○牛乳、調製豆乳、豚ひき肉、とろけるチーズ、ツナ油漬缶、ベーコン	バナナ、カットトマト缶詰、たまねぎ、にんじん皮むき、キャベツ、きゅうり、かぼちゃ、ピーマン	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩、パセリ粉
20	水	ご飯・鮭のムニエル アスパラのサラダ 豆スープ・オレンジ	牛乳 ★きな粉ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、○メープルシロップ、じゃがいも、小麦粉、バター、○無塩バター、○砂糖、砂糖、ごま油	○牛乳、さけ、ゆで大豆、○卵、ハム、○きな粉	オレンジ、にんじん皮むき、グリーンアスパラガス、きゅうり、たまねぎ、コーン缶	酢、しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩
21	木	わかめごはん 鶏肉のバーベキューソース ほうれん草のナムル ★卵スープ・りんご	牛乳 ごまクッキー	米、○小麦粉、○バター、○砂糖、ごま、○すりごま、砂糖、○ごま、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、卵、木綿豆腐、しらす干し	りんご、根切りもやし、ほうれんそう、たまねぎ、にら	ケチャップ、中濃ソース、鶏がらだしの素、しょうゆ、食塩
22	金	ご飯・豆腐の五目揚げ きゅうりとツナの酢の物 人参の味噌汁・バナナ	フルーツヨーグルト	米、片栗粉、油、砂糖、ごま油	○ソファール元気ヨーグルト、木綿豆腐、鶏ひき肉、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、油揚げ	バナナ、キャベツ、○バナナ、にんじん皮むき、きゅうり、○みかん缶、だいこん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ、ひじき	しょうゆ、酢、食塩、かつおだし・鰹節
23	土	とり丼 ちくわの味噌汁 バナナ	クラッカー	米、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	たまねぎ、バナナ、にんじん皮むき、葉ねぎ、えのきたけ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん
25	月	ご飯・鮭の塩焼き ひじき煮・豚汁 オレンジ	牛乳 メープルビスケット	米、○ホットケーキ粉、○マーガリン、板こんにゃく、○メープルシロップ、○小麦粉、砂糖、油	○牛乳、さけ、豚肉(肩ロース)、生揚げ、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	オレンジ、にんじん皮むき、だいこん皮むき、洗いごぼう、葉ねぎ、ひじき	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩
26	火	ご飯・豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのごま和え えのきたけの味噌汁・バナナ	牛乳 みたらし団子	米、○白玉粉、○砂糖、砂糖、すりごま、○片栗粉、油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、○絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、根切りもやし、ブロッコリー、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、にんじん皮むき、生わかめ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、○しょうゆ、○みりん、みりん、しょうゆ、酒、かつおだし・鰹節
27	水	ご飯・たらの唐揚げ 小松菜のソテー トマトスープ・りんご	牛乳 プアマンケーキ	米、○小麦粉、○砂糖、油、油	○牛乳、たら、ベーコン、大豆水煮缶	りんご、こまつな、たまねぎ、キャベツ、にんじん皮むき、カットトマト缶詰、コーン缶	しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩、○食塩
28	木	スタミナ丼・ジャーマンポテト わかめスープ・いちご	野菜ジュース ★フレンチトースト	米、じゃがいも、○食パン、○砂糖、○バター、ごま、無塩バター、ごま油	牛肉(もも)、○牛乳、○卵、ベーコン	たまねぎ、いちご、にんじん、キャベツ、ピーマン、にんじん皮むき、えのきたけ、生わかめ、コーン缶、にんにく	焼き肉のたれ、酒、鶏がらだしの素、食塩
30	土	チャーハン 中華スープ バナナ	源氏パイ	米、油、ごま油	豚肉(肩ロース)、木綿豆腐	バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、えのきたけ	中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。

※アレルギー対応について

昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。

卵を使った料理には★印をつけています。

離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。