



# 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6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  | 月 | ご飯・鮭のゆうあん焼き<br>ほうれん草のサラダ<br>人参のすまし汁・オレンジ         | 牛乳<br>蒸しパン         | 米、小麦粉、砂糖、ごま油                                  | 牛乳、さけ、木綿豆腐、ハム                                  | オレンジ、ほうれん草、にんじん皮むき、たまねぎ、いちごジャム、万能ねぎ、えのきたけ、ゆず果汁                        | しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、酢、かつおだし・鰹節、食塩         |
| 2  | 火 | ご飯・国産鶏肉のマーマレード焼き<br>キャベツとベーコンのソテー<br>ミネストローネ・いちご | 牛乳<br>★チーズスキムクッキー  | 米、小麦粉、無塩バター、砂糖、油                              | 牛乳、鶏もも肉、ベーコン、脱脂粉乳、卵、粉チーズ                       | にんじん皮むき、ホールトマト缶詰、キャベツ、いちご、たまねぎ、根切りもやし、マーマレード、コーン缶、にんにく                | ケチャップ、しょうゆ、コンソメ・粉末、食塩、パセリ粉             |
| 3  | 水 | ご飯・国産豚肉のしょうが焼き<br>小松菜のごま和え<br>切干大根の味噌汁・バナナ       | 牛乳<br>マッシュマロサンド    | 米、砂糖、すりごま、油                                   | 牛乳、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ、凍り豆腐                | バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、万能ねぎ、切り干しだいこん、しょうが             | しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、酒、かつおだし・鰹節         |
| 4  | 木 | ご飯・ぶりのレモン照り焼き<br>ジャーマンポテト<br>根菜汁・りんご             | 牛乳<br>★コーンマヨトースト   | 米、じゃがいも、食パン、さといも(冷凍)、マヨネーズ、無塩バター、ごま油          | 牛乳、ぶり、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ                      | りんご、たまねぎ、だいこん皮むき、にんじん皮むき、コーン缶、洗いごぼう、クリームコーン缶、レモン果汁                    | しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、食塩           |
| 5  | 金 | スタミナ丼<br>れんこんチップ<br>春雨スープ・オレンジ                   | 牛乳<br>米粉と豆腐のブラウニー  | 米、米粉、油、砂糖、油、はるさめ、ごま、片栗粉、ごま油                   | 牛乳、牛肉(もも)、木綿豆腐、鶏ひき肉                            | れんこん、キャベツ、オレンジ、たまねぎ、はくさい、にんじん皮むき、ピーマン、葉ねぎ、バナナ、しめじ、にんにく                | 焼き肉のたれ、酒、鶏がらだしの素、食塩                    |
| 6  | 土 | 牛丼<br>厚揚げの味噌汁<br>バナナ                             | クラッカー              | 米、しらたき、砂糖                                     | 牛肉 切り落とし、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ                    | 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)                             |
| 8  | 月 | ハヤシライス<br>チーズ<br>オレンジ                            | ヨーグルト              | 米   | ソーフール元気ヨーグルト、牛肉(肩ロース)、チーズ                      | たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、しめじ、かぼちゃ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)                         | ハヤシルウ                                  |
| 9  | 火 | ご飯・さわらの香味焼き<br>チンゲン菜とちくわの炒め煮<br>麩のすまし汁・りんご       | 牛乳<br>きなこラスク       | 米、フランスパン、バター、グラニュー糖、焼酎、油、ごま油                  | 牛乳、さわら、ちくわ、おきな粉                                | チンゲンサイ、りんご、えのきたけ、にんじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、にんにく、しょうが                           | しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、かつおだし・鰹節、中華だしの素、食塩    |
| 10 | 水 | ご飯・国産鶏の照り焼き<br>★ツナサラダ<br>人参の味噌汁・バナナ              | 牛乳<br>★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、砂糖                        | 牛乳、鶏もも肉(皮付)、卵、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ    | バナナ、キャベツ、にんじん皮むき、コーン缶、きゅうり、たまねぎ、万能ねぎ、コーン缶                             | 酒、しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節                    |
| 11 | 木 | ご飯・ブルコギ風炒め<br>かぼちゃの素揚げ<br>豆スープ・オレンジ              | 牛乳<br>じゃこトースト      | 米、食パン、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、油、砂糖、ごま、ごま油 | 牛乳、豚肉(肩ロース)、ゆで大豆、スライスチーズ、ベーコン、おしらす干し           | かぼちゃ、たまねぎ、オレンジ、にんじん皮むき、にら、にんにく  | しょうゆ、酒、コンソメ・粉末、食塩、パセリ粉                 |
| 12 | 金 | ご飯・さばの味噌煮<br>★人参シリンリ<br>小松菜の味噌汁・いちご              | 牛乳<br>メープルビスケット    | 米、ホットケーキ粉、マーガリン、メープルシロップ、砂糖、小麦粉               | 牛乳、さば、卵、ツナ油漬缶(きはだ)、米みそ(淡色辛みそ)                  | にんじん皮むき、たまねぎ、いちご、こまつな、えのきたけ、しょうが                                      | みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、かつおだし・鰹節           |
| 13 | 土 | 鮭チャーハン<br>豆腐のスープ<br>バナナ                          | ラムネ                | 米、油   | 鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉                                | バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、ピーマン、葉ねぎ   | しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉末、食塩                 |
| 15 | 月 | ご飯・さわらのねぎソース<br>もやしの和え物<br>豆腐の味噌汁・オレンジ           | 牛乳<br>★ホットケーキ      | 米、ホットケーキ粉、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉                       | 牛乳、さわら、木綿豆腐、卵、ハム、米みそ(淡色辛みそ)                    | 根切りもやし、オレンジ、にんじん皮むき、きゅうり、葉ねぎ、だいこん皮むき、いちごジャム、えのきたけ、しょうが                | しょうゆ(うすくち)、酢、かつおだし・鰹節                  |
| 16 | 火 | カレーライス<br>★マカロニサラダ<br>バナナ                        | 牛乳<br>★コーンフ레이크クッキー | 米、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、マカロニ、砂糖、コーンフ레이크、マヨネーズ       | 牛乳、牛肉(肩ロース)、卵、ハム                               | バナナ、にんじん皮むき、たまねぎ、きゅうり、しめじ、コーン缶、グリーンピース(水煮缶詰)                          | カレールウ                                  |
| 17 | 水 | ご飯・ミートローフ<br>フライドポテト<br>コンソメスープ・オレンジ             | 牛乳<br>ジャムサンド       | 米、じゃがいも、サンドイッチパン、パン粉、油、片栗粉                    | 牛乳、牛ひき肉、豚ひき肉、ベーコン、粉チーズ                         | たまねぎ、オレンジ、キャベツ、にんじん皮むき、いちごジャム、根切りもやし、いんげん                             | ケチャップ、ウスターソース、コンソメ・粉末、食塩               |
| 18 | 木 | ご飯<br>国産鶏肉のバーベキューソース<br>ほうれん草のナムル<br>中華スープ・いちご   | 牛乳<br>ちんすこう        | 米、小麦粉、砂糖、油、砂糖、ごま、ごま油                          | 牛乳、鶏もも肉(皮付)、生揚げ                                | ほうれん草、根切りもやし、いちご、たまねぎ、にんじん皮むき、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            |
| 19 | 金 | ご飯・鮭の竜田揚げ<br>おからサラダ<br>しめじの味噌汁・りんご               | 牛乳<br>マカロニあべかわ     | 米、マカロニ、片栗粉、砂糖、マヨネーズタイプ調味料(低カロリータイプ)、油、砂糖      | 牛乳、さけ、木綿豆腐、おから、ハム、おきな粉、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ          | りんご、たまねぎ、にんじん皮むき、きゅうり、万能ねぎ、しめじ、しょうが                                   | しょうゆ、酢、酒、かつおだし・鰹節、食塩、食塩                |
| 20 | 土 | チキンライス<br>コンソメスープ<br>バナナ                         | せんべい               | 米、ごま油、油                                       | 鶏むね肉(皮付)                                       | バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、コーン缶、葉ねぎ、えのきたけ、グリーンピース(水煮缶詰)                         | ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩                       |
| 22 | 月 | ゆかりごはん・鮭の塩焼き<br>切干大根の旨煮<br>玉ねぎの味噌汁・いちご           | 牛乳<br>プアマンケーキ      | 米、小麦粉、砂糖、油、砂糖                                 | 牛乳、さけ、生揚げ、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)                       | いちご、にんじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、切り干しだいこん、えのきたけ                                   | しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹節、食塩、食塩                |
| 23 | 火 | ご飯・マーボー豆腐<br>春雨サラダ<br>わかめスープ・りんご                 | 牛乳<br>オレンジゼリー      | 米、砂糖、はるさめ(緑豆)、砂糖、ごま、ごま油、片栗粉                   | 牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン                | オレンジ濃縮果汁、りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、きゅうり、みかん缶、葉ねぎ、えのきたけ、生わかめ、コーン缶、しょうが | 酢、しょうゆ、鶏がらだしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩           |
| 24 | 水 | ご飯・★たらのコーンフ레이크焼き<br>アスパラとコーンのサラダ<br>大根スープ・オレンジ   | 牛乳<br>★シュガーパイ      | 米、マヨネーズ、コーンフ레이크、グラニュー糖、砂糖、ごま油                 | 牛乳、たら、豚ひき肉、ハム                                  | オレンジ、だいこん皮むき、グリーンアスパラガス、にんじん皮むき、きゅうり、万能ねぎ、コーン缶                        | 酢、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、カレー粉、食塩           |
| 25 | 木 | ご飯・★国産鶏の唐揚げ<br>かぼちゃサラダ<br>豆乳スープ・りんご              | 牛乳<br>もちもちチーズパン    | 米、ホットケーキ粉、白玉粉、砂糖、油                            | 牛乳、鶏もも肉(皮付)、調製豆乳、ハム、ベーコン、粉チーズ                  | かぼちゃ、りんご、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん皮むき                                       | コンソメ・粉末、食塩                             |
| 26 | 金 | ご飯・肉じゃが<br>きゅうりの梅和え<br>ちくわの味噌汁・バナナ               | 牛乳<br>★フレンチトースト    | 米、じゃがいも、食パン、砂糖、しらたき、バター、片栗粉、砂糖                | 牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、生揚げ、卵、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ、かつお節 | バナナ、きゅうり、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、グリーンピース(水煮缶詰)、うめ干し                         | しょうゆ(うすくち)、酒、酢、みりん、しょうゆ、かつおだし・鰹節       |
| 27 | 土 | とり丼<br>えのきの味噌汁<br>バナナ                            | 米棒                 | 米、玄米、水あめ、砂糖、砂糖、油、油                            | 鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)                       | バナナ、たまねぎ、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)、しょうゆ、みりん                    |
| 30 | 火 | ご飯・鮭の西京焼き<br>チンゲンサイのお浸し<br>豆腐のすまし汁・りんご           | 牛乳<br>★レモンヨーグルトケーキ | 米、小麦粉、砂糖、油、ごま油、砂糖                             | 牛乳、さけ、木綿豆腐、ヨーグルト(無糖)、ちくわ、卵、白みそ、かつお節            | チンゲンサイ、りんご、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、レモン果汁                                    | めんつゆ・3倍濃縮、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、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。