



# 2019年度 4月 献立表



健生くまのこ園

日付	朝	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をとのえるもの	その他	アレルギー
1(月)	お菓子	中華丼,しゅうまい,ミニゼリー	マーメイド蒸しケーキ,牛乳	豚肉,かにかまぼこ,うずら卵,しゅうまい(冷凍),牛乳	米,油,砂糖,かたくり粉,ごま油,ミニゼリー,小麦粉,マーガリン,マーメイド	チンゲン菜,もやし,たまねぎ,にんじん	水,こいくちしょうゆ,みりん,こしょう,コンソメ,ベーキングパウダー	
2(火)	牛乳	白身魚の磯辺フライ,キャベツとちくわのカレーソテー,ロールパン	チーズおほかおにぎり,牛乳	白身フライ(冷凍),焼き竹輪,かつお節,プロセスチーズ,のり,牛乳	油,砂糖,ロールパン,米	キャベツ,とうもろこし(ホーカ-ネル)	カレー粉,こいくちしょうゆ	
3(水)	お菓子	松風焼,ミニトマト,マカロニサラダ,ごはん	しょうゆせんべい,牛乳	鶏ひき肉,青のり,ハム,牛乳	パン粉,いりごま,マカロニ,マヨネーズ,米,せんべい(甘辛)	たまねぎ,青ねぎ,しょうが,ミニトマト,きゅうりにんじん	あわせみそ,みりん,塩,こしょう	
4(木)	牛乳	ひじき混ぜご飯,魚肉ソーセージソテー,ほうれん草のなめたけ和え	フレンチトースト,牛乳	干しひじき,油あげ,大豆(国産)ゆで,魚肉ソーセージ,牛乳,卵	米,砂糖,油,食パン	にんじん,ほうれん草,うえのきたけ(味付瓶詰)	こいくちしょうゆ,水,だしの素,塩	
5(金)	お菓子	肉じゃが,ブロッコリーとツナのサラダ,ごはん	フルーツヨーグルト	豚肉,ツナ缶,ヨーグルト	じゃがいも,糸こんにゃく,砂糖,マヨネーズ,いりごま,米	にんじん,たまねぎ,さやいんげん,ブロッコリー,みかん缶,バナナ,いちご	こいくちしょうゆ,みりん,だし汁	
8(月)	お菓子	鮭と白菜の豆乳シチュー,マカロニソテー,ごはん	かぼちゃ蒸しパン,牛乳	さけ,豆乳,牛乳	小麦粉,じゃがいも,マーガリン,マカロニ,油,米,砂糖	たまねぎ,ほくさい,にんじん,とうもろこし(ホーカ-ネル),かぼちゃ	塩,こしょう,水,あわせみそ,コンソメ,ケチャップ,ベーキングパウダー	
9(火)	牛乳	麻婆豆腐,春雨中華サラダ,ごはん	コーンフレーク	木綿豆腐,豚ひき肉,ハム,牛乳	油,砂糖,かたくり粉,ごま油,はるさめ,いりごま,米,コーンフレーク	たまねぎ,白ねぎ,しょうが,にんじん,きゅうり	こいくちしょうゆ,みそ,コンソメ,水,酢	
10(水)	お菓子	スペイン風オムレツ,ポテトサラダ,食パン	みたらし団子,牛乳	卵,ツナ缶,ピザ用チーズ,牛乳,魚肉ソーセージ(太),木綿豆腐	じゃがいも,マーガリン,マヨネーズ,食パン,上新粉,白玉粉,砂糖,かたくり粉	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,きゅうり	コンソメ,塩,水,こいくちしょうゆ	たまご: 弁当
11(木)	牛乳	カレーライス,みかん寒天	スティックパン,牛乳	合ひき肉,寒天,牛乳	米,じゃがいも,砂糖,みかん缶詰(液汁),スティックパン	たまねぎ,にんじん,キャベツ,ブロッコリー,みかん缶	カレーうどん,コンソメ,水	
12(金)	お菓子	肉うどん,ミニポテトフライ	ほうれん草うっきー,牛乳	かまぼこ,牛肉,牛乳,プロセスチーズ	うどん,砂糖,油,フライドポテト(冷),ホットケーキミックス	白ねぎ,にんじん,しょうが,ほうれん草	みりん,こいくちしょうゆ,酒,だし汁,塩,水	
15(月)	お菓子	炒り豆腐,さつま芋の煮物,ごはん	バナナケーキ,牛乳	木綿豆腐,卵,鶏もも,牛乳	ごま油,砂糖,さつまいも,米,ホットケーキミックス,油	にんじん,たまねぎ,いたけ,さやいんげん,バナナ	うすくちしょうゆ,だしの素,みりん,こいくちしょうゆ,だし汁	
16(火)	牛乳	豚肉とポテトのケチャップ煮,ロールパン,ヨーグルト	きなこマカロニ,牛乳	豚肉,きな粉,牛乳,ヨーグルト	じゃがいも,油,砂糖,白糖,ロールパン,マカロニ	ミックスベジタブル,たまねぎ,カットマト	塩,こしょう,ウスターソース,ケチャップ,コンソメ,水	
17(水)	お菓子	三色丼,味噌汁(大根・えのき),ミニゼリー	ジャムサンド,牛乳	ツナ缶,卵,牛乳	米,砂糖,油,いりごま,ミニゼリー,食パン,いちごジャム	ほうれん草,大根,えのきたけ	こいくちしょうゆ,塩,酒,だし汁,みりん,あわせみそ	たまご: 弁当
18(木)	牛乳	鶏とキャベツのみそ炒め,高野とうふ煮,ごはん	にんじんクッキー,牛乳	鶏肉,高野豆腐,焼き竹輪,牛乳,プロセスチーズ	かたくり粉,砂糖,ごま油,米,ホットケーキミックス	キャベツ,ピーマン,もやし,にんじん	こいくちしょうゆ,酒,みそ,うすくちしょうゆ,だし汁	
19(金)	お菓子	スパゲティナポリタン,ブロッコリーの胡麻ドレ和え	塩せんべい,牛乳	魚肉ソーセージ(太),ピザ用チーズ,牛乳	スパゲティ,油,すりごま,砂糖,ごま油,塩せんべい	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,トマトジュース,ブロッコリー	ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,酢	
22(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め,ブロッコリーしらす和え,ごはん	バームクーヘン,牛乳	厚揚げ,鶏ひき肉,しらす干し,牛乳	ごま油,かたくり粉,米,バームクーヘン	たまねぎ,にんじん,チンゲンサイ,ブロッコリー	コンソメ,こいくちしょうゆ,塩,水,だし汁	
23(火)	牛乳	ソース焼きそば,はんぺんチーズ焼き	あんまん,牛乳	豚肉,青のり,はんぺん,チーズ焼き(冷),牛乳,こしあん	中華めん(蒸し),油,ホットケーキミックス	にんじん,キャベツ,たまねぎ,もやし	やきそばソース,塩,こしょう,水	
24(水)	お菓子	親子丼,かぼちゃのバター煮,ミニゼリー	野菜蒸しパン,牛乳	鶏肉,かまぼこ,卵,きざみのり,魚肉ソーセージ(太),牛乳	砂糖,米,バター,ミニゼリー,小麦粉,油	たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,野菜ジュース	こいくちしょうゆ,みりん,酒,だし汁,塩,ベーキングパウダー	たまご: 弁当
25(木)	牛乳	かじき香味焼,大根と厚揚げの煮物,ごはん	じゃこゆかりおにぎり,牛乳	めかじき,厚揚げ,焼き竹輪,昆布,しらす干し,プロセスチーズ,牛乳	かたくり粉,砂糖,米,いりごま	青ねぎ,しょうが,大根,ゆかり	酒,みりん,こいくちしょうゆ,だし汁	
26(金)	お菓子	こいのぼりちらしずし,すまし汁(花麩・わかめ),ミニゼリー	コーンフレーク	ツナ缶,卵,でんぶ(たら),魚肉ソーセージ,のり,わかめ,牛乳	米,いりごま,マヨネーズ,油,花麩,ミニゼリー,コーンフレーク	ゆかり,きゅうり	だし汁,うすくちしょうゆ,みりん	

※献立は仕入れ状況により、変更になることがあります。土曜日は、その時期に入荷した食材で年齢や人数に応じた献立になります。

※離乳食(1歳6か月まで)については、「授乳・離乳の支援ガイド」をもとに提供しています。

※給食で初めて食べる食材については、ご家庭でも一度食べていただくとより安全に提供できますので、ご協力お願いいたします。

月平均栄養価(3歳以上児) エネルギー 524kcal たんぱく質 19.5g 脂質 14.6g  
 (3歳未満児) エネルギー 439 kcal たんぱく質 15.9g 脂質 12.6g