

# 2024年4月 予定献立表

認定こども園 両野こども園(一般)

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
					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
3	水	米 にゅうさんきんいんりょう カレー プッチンゼリー はるさめのあえもの	ほうじちゃ やさしいばかうけ	コーンフレーク	こめ、じゃがいも、はるさめ、あぶら、さとう、こまあぶら	ぎゅうにゅう、豚肉(もも)	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、マッシュルーム、グリーンピース
4	木	食パン ABCスープ ささみフライ とまと 織キャベツ・スナッペンとう	ぎゅうにゅう ハードビスケット	幼児野菜フルーツ ふがし	あぶら、パンこ、こむぎこ、マカロニ、ばん	ささみ、たまご	キャベツ、トマト、たまねぎ、スナッペンとう、にんじん
5	金	米 ごましお ほうじちゃ あぶらあげのにくづめ 切干大根のはりはりづけ	グレーゼリー	スキムミルク ごまラスク	こめ、しょくパン、マーガリン、さとう、こま、スパゲティ	ふたひきにく、あぶらあげ、ミルク、かにかまぼこ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、きりぼしだいこん、しいたけ、ひじき
6	土	コロッケパン コロコロサラダ もやしととうふのスープ	幼児りんご サラダせんべい	ゼリー プレーンビスケット	バーガーパン、あぶら、	コロッケ、とうふ	きゅうり、ミニトマト、もやし、コーン、ねぎ、にんじん
8	月	米 むぎちゃ かんとんふうやさしいため てりやきチキン	幼児野菜フルーツ やさしいばかうけ	ミルク あんまん	こめ、こまあぶら、さとう、かたくりこ	ミルク、鶏もも肉、なると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ、にんじん、まいたけ、しょうが
9	火	食パン すぶた ちゅうかきゅうり もち麦入りスープ	むぎちゃ ココナツサブレ	きになる野菜 きなこもちせん	じゃがいも、あぶら、かたくりこ、もちむぎ、さとう、こまあぶら	豚肉(もも)	りんごジュース、きゅうり、たまねぎ、ピーマン、にんじん、たけのこ、こまつな、パイナップル、えのきたけ
10	水	食パン ハムオムレツ コーンサラダ こうやどうふのゴマスープ	ピーチゼリー	ほうじちゃ わかめおにぎり	こめ、こま、あぶら、ばん	たまご、ハム、ぎゅうにゅう、しらすほし、こおりとうふ	レタス、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、コーン
11	木	米 さわらのなんぶやき かきなのおかかあえ はるきゃべつのみそしる	ほうじちゃ 減塩ぱりんこ	けんこうヨーグルト 芋けんぴ	こめ、こま 	ヨーグルト、さわら、みそ、かつおぶし	かきな、キャベツ、しめじ
12	金	米 ほうじちゃ あじつけのり とうふのあげだんご こまつなのりあえ	幼児ぶどう アスパラビスケット	ぎゅうにゅう じゃがバター	こめ、じゃがいも、あぶら、かたくりこ、さとう	ぎゅうにゅう、豆腐、とりひきにく、バター、たまご	こまつな、ねぎ、きゅうり、にんじん、ひじき、あじつけのり
13	土	大豆入りドライカレー コーンサラダ かじゅう	ぎゅうにゅう ハーベストバター	幼児りんご ハッピーターン	こめ、あぶら	ぎゅうにゅう、ふたひきにく、だいず	にんじん、玉ねぎ、レーズン、レタス、きゅうり、コーン
15	月	ふたにくあんかけどん ブロッコリーわふうサラダ ブルー オレンジかじゅう	幼児りんご ハードビスケット	ぱくがいりょう ホットケーキ	こめ、こむぎこ、さとう、あぶら、かたくりこ、メーフルシロップ	豚肉(もも) きゅうにゅう、たまご、バター	オレンジジュース、たまねぎ、ブロッコリー、しめじ、にんじん、ブルー、きゅうり、しょうが
16	火	くろばん にゅうさんきんいんりょう ミートソーススパゲティ グリーンサラダ	ほうじちゃ ハッピーターン	植物性プリン ポリコーン	スパゲティ、コッペパン、あぶら	ふたひきにく、バター、チーズ	たまねぎ、トマト、レタス、キャベツ、にんじん、きゅうり、セロリ、パセリ、にんにく、しいたけ
17	水	米 ぎゅうにゅう カレー プッチンゼリー はるさめのあえもの	ほうじちゃ やさしいばかうけ	スキムミルク ごまラスク	こめ、じゃがいも、はるさめ、あぶら、さとう、こまあぶら	ぎゅうにゅう、豚肉(もも)	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、マッシュルーム、グリーンピース
18	木	食パン ABCスープ ささみフライ とまと 織キャベツ・スナッペンとう	ぎゅうにゅう ハードビスケット	幼児野菜フルーツ ふがし	あぶら、パンこ、こむぎこ、マカロニ、ばん	ささみ、たまご	キャベツ、トマト、たまねぎ、スナッペンとう、にんじん
19	金	米 ごましお ほうじちゃ あぶらあげのにくづめ 切干大根のはりはりづけ	グレーゼリー	グレーフルーツ カルシウムせんべい	こめ、スパゲティ	ふたひきにく、あぶらあげ、かにかまぼこ	グレーフルーツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、きりぼしだいこん、しいたけ、ひじき
20	土	コロッケパン コロコロサラダ もやしととうふのスープ	幼児りんご サラダせんべい	ゼリー プレーンビスケット	バーガーパン、あぶら、	コロッケ、とうふ	きゅうり、ミニトマト、もやし、コーン、ねぎ、にんじん
22	月	米 むぎちゃ かんとんふうやさしいため てりやきチキン	幼児野菜フルーツ やさしいばかうけ	ミルク 肉まん	こめ、こまあぶら、さとう、かたくりこ	ミルク、鶏もも肉、なると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ、にんじん、まいたけ、しょうが
23	火	食パン すぶた ちゅうかきゅうり もち麦入りスープ	むぎちゃ ココナツサブレ	きになる野菜 きなこもちせん	じゃがいも、あぶら、かたくりこ、もちむぎ、さとう、こまあぶら	豚肉(もも)	りんごジュース、きゅうり、たまねぎ、ピーマン、にんじん、たけのこ、こまつな、パイナップル、えのきたけ
24	水	食パン ハムオムレツ コーンサラダ こうやどうふのゴマスープ	ピーチゼリー	ほうじ茶 わかめおにぎり	こめ、こま、あぶら、ばん	たまご、ハム、ぎゅうにゅう、しらすほし、こおりとうふ	レタス、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、コーン
25	木	たけのこごはん ころころきゅうり さわらのなんぶやき かきなのみそしる	ほうじちゃ 減塩ぱりんこ	けんこうヨーグルト 芋けんぴ	こめ、こま、さとう 	ヨーグルト、さわら、みそ、あぶらあげ	かきな、たけのこ、きゅうり、しょうが
26	金	米 ほうじちゃ あじつけのり とうふのあげだんご こまつなのりあえ	幼児ぶどう アスパラビスケット	ぎゅうにゅう じゃがバター	こめ、じゃがいも、あぶら、かたくりこ、さとう	ぎゅうにゅう、とうふ、とりひきにく、バター、たまご	こまつな、ねぎ、きゅうり、にんじん、ひじき、あじつけのり
27	土	わかめうどん チーズ せんざりやさいのさんばいす	ぎゅうにゅう ハーベストバター	幼児りんご ハッピーターン	うどん、さとう	ぎゅうにゅう、鶏もも肉、チーズ	もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ねぎ、わかめ、しいたけ
30	火	くろばん にゅうさんきんいんりょう ミートソーススパゲティ グリーンサラダ	ほうじちゃ ハッピーターン	ぎゅうにゅう かしわもち	スパゲティ、コッペパン、あぶら	ぎゅうにゅう、ふたひきにく、バター、チーズ	たまねぎ、トマト、レタス、キャベツ、にんじん、きゅうり、セロリ、パセリ、にんにく、しいたけ

\*献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。4/1, 2日給食ありません。

\*コドモンアプリでも献立が見られます。ぜひご活用ください。

<月平均栄養価>

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3歳以上児	568kcal	21.7g	18.1g	1.6g
3歳未満児	480kcal	18.8g	15.0g	1.4g

