



4月予定献立表

2024/04

西野山保育園

	15 (月)	(16) 30 (火)	3 17 (水)	4 18 (木)	5 19 (金)	6 20 (土)
献立	ごはん 鶏手羽中の甘辛焼き 鶏手羽 30 しょうゆ 3 三温糖 3 ごま 1 小麦粉 1 片栗粉 1 油 3 コーンあえ ほうれんそう 35 にんじん 3 コーン缶 5 ちりめんじゃこ 2 ごま 1 しょうゆ 1 きのこのみそ汁 豆腐 8 しめじ 3 えのきたけ 3 しいたけ 3 油揚げ 3 ねぎ 3 みそ 3 だし 150	ごはん 鯛の香りだしかけ ☆鯛 40 大葉 0.5 酢 5 しょうゆ 2 三温糖 1.2 塩 0.2 ごま油 1 ねぎ 1 しょうが ひじきの煮物 ひじき 1.3 大豆水煮 10 油揚げ 5 にんじん 7 糸こんにゃく 5 みんげん 3 三温糖 1 しょうゆ 2.5 だし 水菜のすまし汁 水菜 10 湯葉 2 にんじん 3 えのきたけ 5 しょうゆ 0.7 塩 0.3 だし 150	ごはん 豚肉のしょうが焼き 豚肉 50 たまねぎ 20 ねぎ 3 しょうが 1 しょうゆ 2 酒 1 キャベツのごまあえ ☆春キャベツ 20 にんじん 10 乾燥わかめ 0.3 鶏ささ身 8 ごま 1 しょうゆ 小松菜のみそ汁 こまつな 20 えのきたけ 5 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ごはん 鮭の照り焼き さけ 40 しょうゆ 3 みりん 2 酒 1 切干大根のごま酢和え 切干しだいこん 3 きゅうり 10 にんじん 5 油揚げ 4 酢 2 三温糖 0.6 しょうゆ 1.2 ごま 2 三温糖 0.3 濃口しょうゆ 0.3 薄口しょうゆ 0.3 わかめスープ 乾燥わかめ 0.5 ねぎ 3 ごま 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 ごま油 0.2	ごはん ハヤシライス 米 牛肉 40 じゃがいも 50 たまねぎ 60 にんじん 25 いんげん 5 パター 9 小麦粉 9 ケチャップ 8 三温糖 1 しょうゆ 3 塩 0.4 こしょう にんにく 油 2 キャベツとりんごのサラダ ☆春キャベツ 20 りんご 10 きゅうり 5 にんじん 5 みかん缶 2 塩 0.3 三温糖 0.1 酢 2 油 3 こしょう	青葉じゃこごはん 米 こまつな 25 ちりめんじゃこ 5 しょうゆ 0.8 みりん 1 油 1 豚汁 豚肉 20 ☆春だいこん 25 にんじん 10 ごぼう 4 こんにゃく 4 はくさい 20 油揚げ 5 さつまいも 20 ねぎ 5 干しいたけ 1 みそ 10 だし 250 きゅうりと大根の梅酢あえ きゅうり 25 ☆春だいこん 15 酢 2 うめ干し 0.5 三温糖 1 かつお節 0.5 しょうゆ 0.8
	おやつ あずき 三温糖 白玉粉 上新粉 塩 (乳)おはぎ風 牛乳 150cc	黒糖黒レモン 米粉 黒砂糖 BP 油 牛乳 しょうゆ	豆ごはんのおにぎり 米 ☆えんどう豆 塩 酒	いももち ☆じゃがいも マーガリン 片栗粉 塩	豆乳プリン 豆乳 ゼラチン 三温糖 黒砂糖 きな粉	スティックパン 牛乳 150cc
延長	芋スティック	フライドポテト	お茶	牛乳 150cc	牛乳 150cc	牛乳 150cc
	☆は旬の食材 ◎はゆりさんの リクエストメニューです	16日は お弁当の日です！	3日は 入園・進入のついでです！		新入園児さん、給食の 食べはじめの日です！ 西野山の給食どうかな？	
献立	8 22 (月)	9 23 (火)	10 24 (水)	11 25 (木)	12 26 (金)	13 27 (土)
	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 鶏肉 60 しょうゆ 3.5 酒 1.5 マーマレード 3.5 ブロッコリーのかつおあえ ブロッコリー 25 かつお節 2 しょうゆ 2 だし 具だくさんのみそ汁 かぶ 20 かぶの葉 10 しいたけ 5 切り干しだいこん 1 にんじん 8 油揚げ 5 みそ 3 だし 150	ごはん さわらの西京焼き ☆さわら 40 みそ 4 白米 1 酒 3 うの花炒め おから 13 鶏肉 10 油揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 10 干しいたけ 1 ねぎ 5 しょうゆ 2.5 三温糖 0.8 油 2 だし 新じゃがのみそ汁 ☆新じゃがいも 25 ☆新たまねぎ 20 みそ 3 だし 150	ごはん マーボー豆腐 豚ひき肉 25 木綿豆腐 75 干しいたけ 1 にんじん 7 ごぼう 7 ねぎ 7 にんにく しょうが みそ 2 しょうゆ 2 三温糖 0.5 塩 0.1 みりん 1.5 油 2 オイスターソース 1.5 片栗粉 1.5 大根のかりかり ☆春だいこん 25 ☆春だいこんの葉 5 塩 0.2 もやしのみそ汁 もやし 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ごはん 新じゃがのそぼろ煮 ☆新じゃがいも 75 ☆鶏ひき肉 35 ☆新たまねぎ 40 にんじん 12 ☆えんどう豆 5 三温糖 0.8 しょうゆ 2.4 酒 1.2 みりん 1.2 だし 油 1 キャベツのみそ汁 ☆春キャベツ 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ごはん さばの塩焼き さば 40 塩 0.2 切干大根の煮物 切干しだいこん 5.5 油揚げ 5 にんじん 7 いんげん 3 しょうゆ 2 三温糖 1 だし 若竹汁 ☆たけのこ 10 みつば 3 乾燥わかめ 0.3 塩 0.3 しょうゆ 0.7 酒 1 だし 150	ごはん 焼きそば 焼きそばめん 80 豚肉 15 ☆春キャベツ 40 ☆たまねぎ 20 もやし 10 ビーマン 5 にんじん 5 ウスターソース 15 かつお節 1 あおのり 0.5 油 3 きゅうりのかりかり きゅうり 25 しょうゆ 0.3 酢 0.5 チンゲン菜のスープ えのきたけ 8 にんじん 3 豆腐 15 チンゲン菜 10 しょうゆ 0.7 だし 150 ごま油 0.2
おやつ きなこパン コッパン きなこ 三温糖 塩 牛乳 150cc	フライドポテト ☆じゃがいも 塩 パセリ	(10日) みかんゼリー みかんジュース ゼラチン みかん缶 三温糖 牛乳 150cc	(24日) いちごのケーキ 小麦粉 三温糖 バター 生クリーム いちご 卵 牛乳 150cc	たけのこごはんのおにぎり 米 ☆たけのこ 油揚げ しょうゆ だし 酒	みたらしだんご 白玉粉 上新粉 三温糖 しょうゆ 片栗粉 (乳)みたらし蒸しパン 牛乳 150cc	焼き芋 さつまい芋 牛乳 150cc
延長	かつおおにぎり	パン	クッキー	お茶	せんべい	
	みんなだいすき きなこパン			みんなに たけのこの皮むきの お手伝いしてもらいます(。^_^)		

あつという間に暖かくなりすっかり「春」ですね(。^_^)/
 進入、進級おめでとうございませう♪
 新しい生活の始まりで子どもですが保護者の方もドキドキされ
 ているのではないのでしょうか。保育園での生活はたくさんの人に
 囲まれ、楽しいこと、いろんな発見の連続です！きっと子ども達は新
 しい生活を楽しんでくれることと思います。楽しみのひとつになる
 ようなおいしい給食、おやつを私達も作りますね(。^_^)o

今月のおべんとう日は
4/16(火)です！

	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	
乳児	目標 420	17	11.5	190	2	
	予定献立栄養量	459	18.3	14	204	2
幼児	目標 570	23.5	16	260	2.5	
	予定献立栄養量	531	21.4	16.3	233	2.3