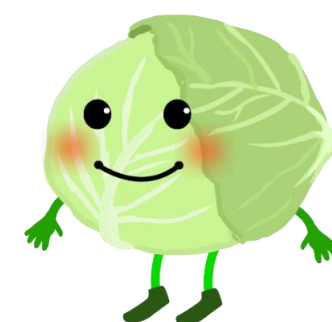




こんだてひょう 幼児食



さかいりんの保育園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	調味料	栄養価		
		午前おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える				
1	15	月	麦茶 ミレー ビス ケット	ごはん 豚のしょうが焼き こまつなとにんじんの納豆和え みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豚肉(もも) 挽きわり納豆 米 みそ(淡色辛みそ) きな粉 豆乳	米 砂糖 油 じゃがいも ホットケーキ粉(卵乳不使用)	しょうが たまねぎ こまつな にんじん	しょうゆ 酒 かつお・昆布だし汁	Ene. : 482kcal P : 21.2g F : 17.5g C : 65.1g Ca : 307mg 食塩相当量 : 1.2g	
2	16	30	火	麦茶 塩せんべい	ごはん 鮭のみそ焼き 金平ごぼう すまし汁(キャベツ・かぼちゃ) マスカットゼリー	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 さけ 米みそ(淡色辛みそ)	米 砂糖 油 マスカットゼリー じゃがいも あげ油 おこめリング	ごぼう にんじん キャベツ かぼちゃ あおのり	みりん しょうゆ かつおだし汁 食塩	Ene. : 440kcal P : 18.6g F : 13.5g C : 67.4g Ca : 262mg 食塩相当量 : 1.4g
3	17	水	麦茶 マスカットゼリー	食パン(乳アレルギー)米粉パン 鶏むねのトマト缶煮込み ポテトサラダ 豆乳ポターージュ(こまつな・玉ねぎ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 鶏むね肉 ベーコン(乳タンパク不使用)	食パン(米粉パン) 油 砂糖 じゃがいも マヨドレ 米	たまねぎ トマト缶 にんじん きゅうり こまつな クリーム コーン	コンソメ 水 しょうゆ 酒 食塩 中華だし	Ene. : 474kcal P : 21.9g F : 17.4g C : 63.9g Ca : 281mg 食塩相当量 : 1.6g	
4	18	木	麦茶 コーンクッキー	カレーライス チンゲン菜とにんじんのツナ和え すまし汁(えのき・葉ねぎ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豚肉(もも) ツナ水煮缶 調整豆乳	米 じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 いちごジャム Oisix お野菜せんべい	たまねぎ にんじん にんにく トマト ピューレー チンゲン サイ えのきたけ 葉ねぎ 粉か んてん	水 コンソメ カレー粉 中濃ソース みりん 食塩 しょうゆ かつおだし汁	Ene. : 466kcal P : 18g F : 16.5g C : 66.4g Ca : 298mg 食塩相当量 : 1g	
5	19	金	麦茶 キラキラコーン	ごはん かれいの煮つけ きゅうりとかぶのコーン和え みそ汁(キャベツ・にんじん) オレンジ	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 かれい 米みそ(淡色辛みそ) 木綿豆腐	米 砂糖 油 白いり ごま ホットケーキ粉(卵乳不使用) あげ油	しょうが きゅうり かぶ コーン キャベツ にんじん オレンジ	しょうゆ 酒 酢 かつお・昆布だし汁	Ene. : 455kcal P : 19.1g F : 14.2g C : 66.3g Ca : 310mg 食塩相当量 : 1.5g	
6	20	土	麦茶 マスカットゼリー	豚丼 ほうれん草のソテー コンソメスープ(具は子どもたちが選びます)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 豚肉	米 オリーブ油 砂糖 じゃがいも 菜種油 でんぷん ほうれん草 蒸しパン マスカットゼリー	ほうれん草 コーン にんじん たまねぎ えのきだけ	食塩 かつお昆布 出汁 しょうゆ 清酒 魚醤	Ene. : 484kcal P : 18.7g F : 16.5g C : 69.3g Ca : 249mg 食塩相当量 : 1.2g	
8	22	月	麦茶 ミレー ビス ケット	ごはん 鶏肉のカレームニエル だいこんサラダ みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 鶏もも肉 米 みそ(淡色辛みそ) 豆乳	米 小麦粉 油 マヨドレ 砂糖 ホット ケーキ粉(卵乳不使用)	だいこん にんじん きゅうり かぼちゃ ねぎ	食塩 カレー粉(卵乳 不使用) かつお・昆布 だし汁	Ene. : 460kcal P : 18.8g F : 16.1g C : 65.1g Ca : 264mg 食塩相当量 : 1.6g	
9	23	火	麦茶 塩せんべい	ごはん さわらの竜田揚げ こまつなとやしのごま和え みそ汁(玉ねぎ・にんじん) オレンジ	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 さわら 米 みそ(淡色辛みそ) 豆乳	米 片栗粉 あげ油 砂糖 白いりごま ホットケーキ粉 油(卵乳不使用)	しょうが こまつな もやし たまねぎ にんじん オレンジ コーン	しょうゆ みりん 酒 かつお・昆布 だし汁	Ene. : 464kcal P : 18.6g F : 17.2g C : 63g Ca : 320mg 食塩相当量 : 1.4g	
10	24	水	麦茶 マスカットゼリー	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのひじき炒め みそ汁(チンゲン菜・ごぼう) マスカットゼリー	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 豚肉(もも) 米みそ(淡色辛みそ) きな粉	米 じゃがいも 砂糖 油 マスカットゼリー マカロニ	たまねぎ にんじん ブロッコリー ひじき チンゲンサイ ごぼう	しょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布 だし汁	Ene. : 452kcal P : 20.6g F : 12.5g C : 70.6g Ca : 269mg 食塩相当量 : 1.3g	
11	25	木	麦茶 コーンクッキー	ミートスパゲッティー キャベツサラダ コンソメスープ(だいこん・しめじ) バナナ	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豚ひき肉 油揚げ ツナ水煮 缶 豆乳	スパゲティ 油 砂糖 小麦粉 米	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー だいこん しめじ パナナ ひじき	ケチャップ 中濃 ソース しょうゆ 食塩 水 酢 コンソメ 酒	Ene. : 482kcal P : 19.4g F : 15.5g C : 72.3g Ca : 267mg 食塩相当量 : 1.2g	
12	郷土料理 韓国・愛知県	金	麦茶 キラキラコーン	ビビンパ 豆腐のジョン(米粉) すまし汁(玉ねぎ・キャベツ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐 豆乳	米 油 砂糖 米 粉 さつまいも 片栗粉	だいこん にんじん こまつな かぼちゃ たまねぎ キャベツ	しょうゆ みりん 酒 食塩 水 かつお だし汁	Ene. : 499kcal P : 17.9g F : 15.6g C : 76.5g Ca : 313mg 食塩相当量 : 1.2g	
13	27	土	麦茶 マスカットゼリー	ごはん 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー コンソメスープ(当日子どもが具を選びます)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 豆乳 豚肉	米 砂糖 植物油 脂 片栗粉 ほうれん草 蒸しパン マスカットゼリー	しめじ たまねぎ トマトピューレ にんじん えのきたけ コーン ほうれん草	コンソメ 食塩 ケチャップ しょうゆ 魚醤 清酒	Ene. : 497kcal P : 14.4g F : 9.15g C : 83.0g Ca : 228mg 食塩相当量 : 1.3g	
26	特別食	金	麦茶 キラキラコーン	たけのこごはん 鶏のから揚げ チンゲン菜とにんじんのコーン和え みそ汁(さつまいも・玉ねぎ)	牛乳(乳アレルギー)豆乳	牛乳 鶏もも肉 米みそ(淡色辛みそ) 豆乳	米 砂糖 片栗粉 あげ油 さつまいも 油 小麦粉	たけのこ(水煮) しょうが チンゲン サイ にんじん コーン たまねぎ バナナ	かつおだし汁 しょうゆ 酒 かつお・昆布 だし汁 食塩 ベーキングパウダー	Ene. : 467kcal P : 18.9g F : 14.6g C : 69.4g Ca : 298mg 食塩相当量 : 1.5g	

進級・入園おめでとうございます。楽しい毎日を過ごせますように。  
そして、目の前の給食から”作ってくれた人や食べる前の姿を想像して考えてみる”子どもたち、  
「今日の給食はね・・・」と食を話題にする”食ることが好き”な子どもたちになってくれると嬉しいなと思います。  
今年も太陽のぬくもりを感じる暖かい春がやってきました。体調を崩さないように気を付けて新生活を楽しく笑顔で過ごしましょう。  
☆仕入れの都合上、食材はじめ献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。☆  
☆赤字はアレルギーのお子さんに提供する代替品となります☆

	目標値	月平均値
Ene.(エネルギー)	475kcal	467kcal
P(タンパク)	19g	19.3g
F(脂質)	13.2g	15.4g
C(炭水化物)	70.1g	68.1g
Ca(カルシウム)	225mg	284mg
食塩相当量	1.5g	1.4g