



4月 給食献立表

(3~5歳児)



令和5年4月1日
 幼保連携型認定こども園
 中央文化保育園
 園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)
1 土	ごはん・すき焼き煮・里芋のごま和え・なめこ汁	焼き豆腐 豚肩ロース肉 白菜 里芋水煮 なめこ 大根 鶏卵	おかし 牛乳	355
3 月	ごはん・ポークカレー・春雨の甘酢和え・野菜ジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 ツナフレーク	おかし 牛乳	483
4 火	ジャムサンド・ベーコンエッグ・さつまいものココロサラダ チキンコンソメジュリアン	食パン ベーコンエッグ チーズ さつまいも きゅうり 鶏もも肉	わかめ おにぎり 麦茶	418
5 水	ごはん・ほっけの照焼き・うの花の炒り煮・春野菜のみそ汁	ほっけ切身 おから ひじき ちくわ キャベツ 木綿豆腐	おかし りんごジュース	311
6 木	きつねうどん・ちくわの磯辺揚げ・元気ヨーグルト	うどん 油揚げ 鶏卵 大根 ほうれん草 なんと ちくわ	スナック スティック 牛乳	304
7 金	ふりかけごはん・豆腐チャンプルー・ほうれん草のナムル・えのきのみそ汁	焼き豆腐 豚もも肉 ピーマン ほうれん草 カニカマ えのき	ごま クラッカー 牛乳	334
8 土	ごはん・野菜いろいろ肉団子・切り干し大根の炒め煮・高野豆腐のみそ汁	肉団子 切干大根 油揚げ 高野豆腐 もやし 小松菜	おかし 牛乳	328
10 月	ごはん・パンプキンシチュー・チーズマカロニサラダ・ぶどうジュース	鶏もも肉 かぼちゃ 玉ねぎ チーズ マカロニ きゅうり	おかし 牛乳	490
11 火	★ホットドッグを作ってみよう！ ホットロール・ウイナー・ポークジャーマンポテト・BLTスープ	ホットロール ウイナー じゃがいも ベーコン レタス	おから餅 麦茶	362
12 水	ごはん・豚の生姜焼き・ビーンズサラダ・青菜のみそ汁	豚肩ロース肉 玉ねぎ ひじき 大豆水煮 小松菜 油揚げ	おかし いちごオレ	403
13 木	和風スパゲッティー・かき玉中華スープ・りんごヨーグルト	スパゲッティー ベーコン 鶏卵 チンゲン菜 たけのこ水煮	つけパン コーンスープ	322
14 金	納豆ごはん・赤魚の煮付け・れんこんのマヨ炒め・せんざりみそ汁	赤魚切身 れんこん水煮 豚もも肉 キャベツ 切干大根	おかし 牛乳	384
15 土	ごはん・彩り野菜の卵焼き・ひじきの炒め煮・豆腐のみそ汁	卵焼き ひじき 人参 糸こんに 木綿豆腐 もやし ほうれん草	おかし 牛乳	356
17 月	ごはん・チキンカレー・わかめの酢の物・ジョア	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり	いちご シアチーズ 麦茶	476
18 火	ツナトースト・ブロッコリーの彩りサラダ・あさりのクラムチャウダー・バナナ	食パン ツナフレーク コーン ブロッコリー あさり 人参	おかし 牛乳	401
19 水	《誕生会》 さくらごはん・とんかつ・千切りキャベツサラダ・けんちん汁・ぶどうゼリー	とんかつ キャベツ 大根 人参 ごぼう 糸こんに 花麩	ロールケーキ 牛乳	429
20 木	あんかけ焼きそば・かに玉中華スープ・フルーチェ	中華麺 白菜 豚もも肉 なんと カニカマ 鶏卵 もやし	チョコ もっちパン 牛乳	300
21 金	ごはん・和風炒り豆腐包み焼き・すき昆布の炒め煮・油揚げのみそ汁	和風炒り豆腐包み焼き 人参 すき昆布 糸こんに 油揚げ	おかし ヨーグルト ジョイ	317
22 土	ごはん・キッシュ風オムレツ・もやしのスタミナ炒め・わかめのみそ汁	鶏卵 かぼちゃ ロースハム もやし ピーマン 塩蔵わかめ	おかし 牛乳	337
24 月	ごはん・キーマブラウンシチュー・チーズスパゲッティーサラダ りんごジュース	豚挽肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 チーズ スパゲッティー	おかし 牛乳	504
25 火	クロワッサン・さけのコーンクリーム焼き・白菜のジュリアンサラダ チキンスープ	クロワッサン さけ切身 白菜 きゅうり 鶏もも肉	型抜きチーズ 白ぶどうジュース	314
26 水	ごはん・生揚げのみそ炒め・大根のそぼろあんかけ・若竹汁	生揚げ キャベツ 鶏挽肉 大根 塩蔵わかめ たけのこ水煮	おかし 牛乳	323
27 木	塩ラーメン・肉しゅうまい・ソファール	中華麺 なんと 鶏卵 キャベツ ほうれん草 肉しゅうまい	しろくまちゃんの ほっとけーき 牛乳	312
28 金	親子丼・チンゲン菜の納豆和え・さつま汁	鶏もも肉 鶏卵 チンゲン菜 納豆 さつまいも 油揚げ	フルーツ ゼリー 麦茶	392

昭 和 の 日

〈ねらい〉

・給食を通して正しい食事のマナーや衛生習慣を身につけ、楽しく食べる。

※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。