

令和4年 4月 給食献立表

日付	10時おやつ	昼食	材 料	名	(◎は10時おやつ ○は午後おやつ)	3時おやつ
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						
1 金	飲むヨーグルト	わかめ御飯、なめこのみそ汁、高野豆腐とじゃが芋の煮物、キャベツの昆布あえ、いちご	米、じゃがいも、○小麦粉、片栗粉、油、○砂糖、三温糖	○牛乳、木綿豆腐、○バター、凍り豆腐、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、キャベツ、にんじん、きゅうり、なめこ、さやえんどう、塩こんぶ	牛乳 絞りだしクッキー
2 土	豆びいちょ	二色丼、わかめスープ、おからサラダ、バナナ	米、マヨネーズ、砂糖、玄米、油	○牛乳、鶏ひき肉、卵、おから、ハム、白いりごま、◎豆乳飲料	ミニプロッコリー、バナナ、いんげん、ねぎ、カットわかめ	牛乳 バナナメロンパン
4 月	豆乳	ごはん、白菜のすまし汁、さばのみそ煮、キャベツのごま酢あえ、グレープフルーツ	米、○砂糖、玄米、三温糖、砂糖、小町麴	◎ヨーグルト(生乳)、さば、白みそ、おみそ、○鰹節粉、ゆりこ(白)、◎豆乳	グレープフルーツ、キャベツ、ねぎ、はくさい、もやし、みかん缶、○はんぺん、○バナナ、○バナナ、にんじん、ウエハース	麦茶 フルーツヨーグルト クエハース
5 火	飲むヨーグルト	ごはん、厚揚げのみそ汁、鶏肉の照り焼き、のらぼうちのお浸し、キウイフルーツ	米、○アツタ菜、○むぎ粉、○小麦粉、○油、玄米、三温糖、なたね油、小町麴	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、生揚げ、○鰹ひき肉、米みそ、かつお節、◎ヨーグルト(ドリンク)	キウイフルーツ、はくさい、もやし、だいこん、○たまたま、◎シシトウスパゲッティ(冷凍)、にんじん、○トマトピューレ	牛乳 ライスコロツケ
6 水	豆乳 大根スティック	胚芽ロール、オニオンスープ、ポークビーンズ、プロッコリーのおかか和え、オレング	胚芽パン、じゃがいも、油、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏胸肉(ローズ)、大豆(ゆで)、かにかまぼこ、かつお節、○鰹節粉、◎豆乳	ミニプロッコリー、オレング、たまねぎ、ダイオウ、コーン缶、にんじん、グリーンピース、○いちごジャム	牛乳 さくら蒸しパン
7 木	飲むヨーグルト	豚汁うどん、海老シウマイ、ひじきと豆腐の煮物、パイ	ゆでうどん、○じゃがいも、○油、○小麦粉、○砂糖、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、かにかまぼこ、○白みそ、えび、すりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	ペナナプル、れんこん、いちご、にんじん、えだまめ、だいこん、ごぼう、ひじき、ねぎ	牛乳 みそポテト
8 金	豆乳	花ごはん、花巻のすまし汁、さわらの西京焼き、ほうれん草のなめたけ和え、いちご	米、玄米、○アラザン、三温糖、花巻	○牛乳、さわら、○生クリーム、白みそ、◎豆乳	いちご、ほうれん草、もやし、○いちご、なめたけ、にんじん、あさつき、えだまめ	牛乳 お祝いケーキ
9 土	豆びいちょ	たらこスパゲティ、チキンナゲット、かぼちゃのサラダ、バナナ	米、玄米、○アラザン、三温糖、花巻	○牛乳、チキンナゲット、たらこ、バター、◎豆乳飲料	バナナ、かぼちゃ、むきえだまめ、コーン缶、焼きのり	牛乳 プリンソフトパン
11 月	豆乳	ごはん、里芋のみそ汁、さけの塩焼き、れんこんのきんぴら、グレープフルーツ	米、さといも、玄米、砂糖、油、ごま油	○牛乳、さけ、鶏ひき肉、○ウインナー、油揚げ、だし入りみそ、◎豆乳	グレープフルーツ、れんこん、いちご、切り、ごぼう、にんじん、ねぎ	牛乳 ウインナーパイ
12 火	飲むヨーグルト	八王子ラーメン、ひじきの春巻き、もやしとホタテのサラダ、パイ	ゆで中華麺、マヨネーズ、春巻きの皮、片栗粉、はるさめ、油、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、○生クリーム、ほたて貝柱、焼き豚、◎ヨーグルト(ドリンク)	もやし、チキンライス、ペナナプル、たまねぎ、○ちんね(冷凍)、○みかん缶、はくさい、コーン缶、にんじん、たけのこ(冷凍しなかく)、ひじき、おしんこ	牛乳 フルーツクラッカー
13 水	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、春雨サラダ、オレング	米、はるさめ、片栗粉、砂糖、玄米、ごま油、○油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、白みそ、○脱脂粉乳、◎豆乳	ペナナプル、ペナナプル、たまねぎ、○ちんね(冷凍)、○みかん缶、はくさい、コーン缶、にんじん、たけのこ(冷凍しなかく)、ひじき、おしんこ	牛乳 シェウマイまん
14 木	飲むヨーグルト	クロワッサン、グラムチャウダー、チーズはんぺんフライ、アスパラサラダ、キウイフルーツ	ミニクロワッサン、じゃがいも、小麦粉、パン粉、マヨネーズ、油	○牛乳、牛乳、はんぺん、○ポテトクリーム、ハム、チーズ、あじ、◎ヨーグルト(ドリンク)	キウイフルーツ、ミニプロッコリー、グレープフルーツ、たまねぎ、ダイオウ、コーン缶、にんじん、グリーンピース、○いちごジャム	牛乳 いちごクレープ
15 金	豆乳	赤飯、なめこのみそ汁、ぶりの照り焼き、キャベツの昆布あえ、きよみ	赤飯、油	◎豆乳、○牛乳、ぶり、木綿豆腐、米みそ、黒ごま	きよみ、キャベツ、きゅうり、にんじん、なめこ、塩こんぶ	牛乳 紅白まんじゅう
16 土	豆びいちょ	ハヤシライス、青のりハッシュポテト、おからサラダ、バナナ	米、小麦粉、小町麴	○牛乳、豚肉(肩ロース)、おから、ハム、◎豆乳飲料	ミニプロッコリー、バナナ、たまねぎ、マッシュルーム、あおのり	牛乳 赤ちゃんのおしりパン
18 月	豆乳	ごはん、白栗のすまし汁、さばのねぎ塩焼き、キャベツのごま酢あえ、グレープフルーツ	米、玄米、砂糖、小町麴	○牛乳、さば、すりごま(白)、◎豆乳	グレープフルーツ、キャベツ、もやし、はくさい、ねぎ、にんじん	麦茶 ウエハース
19 火	飲むヨーグルト	じゃこふりかけ御飯、厚揚げのみそ汁、鶏肉の香草焼き、のらぼうちのお浸し、キウイフルーツ	米、パン粉、小町麴	○牛乳、牛乳、はくさい、○ポテトクリーム、ハム、チーズ、あじ、◎ヨーグルト(ドリンク)	キウイフルーツ、ほうれんそう、もやし、だいこん、にんじん、刻みのり	牛乳 ココア蒸しパン
20 水	豆乳 にんじんスティック	さくらパン、オニオンスープ、ポークビーンズ、プロッコリーのおかか和え、オレング	みかん、○米、じゃがいも、○玄米、油、砂糖、○マヨネーズ、ごま油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、かにかまぼこ、○ソナ水素、○かつお節、かつお節、◎豆乳	ミニプロッコリー、オレング、たまねぎ、ダイオウ、コーン缶、にんじん、グリーンピース、○いちごジャム	牛乳 セレクトおにぎり
21 木	飲むヨーグルト	しつぽうどん、シウマイ、ひじきと豆腐の煮物、ポテト、パイ	ゆでうどん、○アラザン、ポテト、○油、砂糖	○牛乳、鶏胸肉(ローズ)、豚肩ロース、大豆(ゆで)、かにかまぼこ、◎ヨーグルト(ドリンク)	ペナナプル、にんじん、れんこん、いちご、お浸し、にんじん、なめたけ、ひじき	牛乳 フライポテト
22 金	豆乳	ごはん、麵のすまし汁、かじきの西京焼き、ほうれん草のなめたけ和え、いちご	米、砂糖、玄米、なたね油、小町麴	○牛乳、かじき、米みそ、◎豆乳	いちご、ほうれん草、もやし、なめたけ、にんじん、あさつき、えだまめ	牛乳 クラッカーサンド
23 土	豆びいちょ	みそラーメン、きょうざ、根菜サラダ、バナナ	ゆで中華めん、マヨネーズ、ごま油、砂糖、油	○牛乳、豚ひき肉、白いりごま、◎豆乳飲料	バナナ、きゅうり、にんじん、大豆、もやし、れんこん、ちりめん、ごぼう、コーン缶、にんじん、たけのこ(冷凍しなかく)	牛乳 バナナメロンパン
25 月	豆乳	ごはん、里芋のみそ汁、さけの塩焼き、きんぴらごぼう、グレープフルーツ	米、さといも、玄米、砂糖、ごま油	○牛乳、さけ、○ハム、○とろけるチーズ、油揚げ、だし入りみそ、白いりごま、◎豆乳	グレープフルーツ、ごぼう、にんじん、ねぎ	牛乳 ハムチーズメイ
26 火	野菜ジュース	天丼、かにかま玉子汁、ほうれん草の燗あえ、フルーツカクテル	○みかん、玄米、油、パン粉、○砂糖、片栗粉、三温糖、砂糖	○牛乳、大豆、えび、卵(薄焼き卵)、○生クリーム、かにかまぼこ	ほうれん草、かぼちゃ、もやし(冷凍)、みかん缶、キウイフルーツ、もやし、にんじん、○みかん缶、きよみ、焼きのり	牛乳 誕生日デザート
27 水	豆乳 大根スティック	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、春雨サラダ、オレング	米、はるさめ、片栗粉、砂糖、玄米、ごま油、○油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、白みそ、○脱脂粉乳、◎豆乳	オレング、グリーンコーン缶、きゅうり、ねぎ、あさつき、にんじん、白いたけ、じょうが	牛乳 ぎょうざまん
28 木	飲むヨーグルト	クロワッサン、グラムチャウダー、チーズはんぺんフライ、アスパラサラダ、キウイフルーツ	ミニクロワッサン、じゃがいも、小麦粉、パン粉、マヨネーズ、油	○牛乳、牛乳、はんぺん、○ポテトクリーム、ハム、チーズ、あじ、◎ヨーグルト(ドリンク)	キウイフルーツ、ミニプロッコリー、グレープフルーツ、たまねぎ、コーン缶、にんじん、○バナナ、マッシュルーム	牛乳 ココアバナナクレープ
29 金	令和4年 4月 給食献立表					令和4年 4月 給食献立表
30 土	豆びいちょ	豚丼、白栗のすまし汁、和風ポテトサラダ、バナナ	米、○食パン、じゃがいも、マヨネーズ、玄米、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水素、◎豆乳飲料	バナナ、たまねぎ、はくさい、むきえだまめ、そのまけ、にんじん、○いちごジャム、ひじき、しろうが	牛乳 ジャムソフトパン



☆ 一日あたりの平均給与

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児 529kcal	20.6g	19.6g	204mg	2.1mg	168μg	0.34mg	0.42mg	54mg
3歳未満児 463kcal	19.5g	17.3g	223mg	2.1mg	132μg	0.27mg	0.40mg	38mg

☆ 今月の行事食☆

- 1日：精進料理
- 8日：はなまつり・進級祝い
- 16日：創立記念日
- 20日：おにぎり屋さん
- 26日：誕生会



・仕入れ等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

