

献立表



やわらかな日差しとともに新年度のスタートです。新しい環境に期待と不安でドキド、キワクワしている子どもたち。毎日を元気に過ごせるように、おいしくて栄養たっぷりの給食づくりを心掛けてまいります。今年度もよろしく願い致します。



2021年04月

※献立レシピはいつでも差し上げられますので声をかけて下さい。 太子保育園

日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質()は未満児	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			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	調味料			
01木	麦御飯 ハヤシ マカロニサラダ ブルー、麦茶	626.0(534.1) 16.8(13.4) 23.8(19.1)	米、マヨネーズ マカロニ、押麦、片栗粉 油、オリーブ油、上白糖 蒸しパンミックス、麦茶	豚肉、ハム、チーズ	たまねぎ、ブルー きゅうり、マッシュルーム缶 にんじん、トマトピューレ	ハヤシルウ、ケチャップ 中濃ソース、食塩	茹人参	ハムチーズ 蒸しパン 麦茶	年度始め保育
02金	スパゲティー・ミートソース ミモザサラダ 野菜スープ 麦茶	624.0(530.1) 23.7(21.7) 15.5(13.7)	米、スパゲティー フレンチドレッシング 麦茶	豚ひき肉、牛ひき肉 卵、ハム、べにさげ 粉チーズ、バター、豆乳	たまねぎ、レタス にんじん、きゅうり キャベツ、パセリ 焼きのり	ケチャップ、食塩 食塩、和風だしの素	豆乳	鮭おにぎり 麦茶	年度始め保育
03土	サンドイッチ 牛乳	383.9(197.8) 13.7(7.5) 15.2(10.3)	食パン、マヨネーズ 麦茶	牛乳、ツナ油漬缶	キャベツ、いちごジャム				
05月	さくらごはん 鯖の青のり焼き 切干大根の煮物 豚汁、麦茶	561.9(445.3) 26.5(21.3) 19.1(15.0)	米、マヨネーズ 三温糖、油、じゃがいも 麦茶	さば、とろけるチーズ 米みそ、豚肉、じゃこ 油揚げ、かつお節	にんじん、だいこん あさつき、ごぼう、しいたけ 板こんにやく、ねぎ 切り干しだいこん、あおのり	しょうゆ、酒、みりん 食塩	蒸しじゃがいも	カルシウム せんべい 麦茶	始業式 花まつり
06火	御飯 焼きビーフン 揚げ出し豆腐風 味噌汁(小松菜・大根)、麦茶	617.1(526.1) 19.6(17.5) 28.6(24.8)	米、小麦粉、上白糖 ビーフン、油、片栗粉 ごま油、三温糖、麦茶	豚肉(ロース)、バター 凍り豆腐、米みそ、卵	もやし、にんじん、キャベツ こまつな、ねぎ、たけのこ だいこん、しょうが 干しいたけ、ブルー	しょうゆ、酒、食塩 めんつゆ・3倍濃縮 味コンソメ	ブルー	さくらクッキー 麦茶	諸費納入日
07水	食パン 和風チキン ミートグラタン コンソメジュリエンス、麦茶	598.8(463.2) 22.8(17.8) 16.2(12.8)	食パン、米、マカロニ じゃがいも、小麦粉 パン粉、麦茶	鶏もも肉、牛乳 豚ひき肉、バター とろけるチーズ	たまねぎ、レタス、かぶ マッシュルーム、にんじん こんぶ佃煮、焼きのり だいこん	ケチャップ、食塩 しょうゆ、チキンコンソメ	茹大根	昆布おにぎり 麦茶	
08木	御飯(雑穀入り) ひじきハンバーグ 油菜の胡麻和え、麦茶 味噌汁(じゃが芋・あさつき)	484.4(425.7) 19.2(18.7) 16.9(15.3)	米、じゃがいも、上白糖 パン粉、ごま(乾)、三温糖 麦茶、雑穀	木綿豆腐、鶏ひき肉 クリームチーズ、ヨーグルト 米みそ、ゼラチン、豆乳 生クリーム	こまつな、いちご、ねぎ レタス、にんじん あさつき、ひじき りしりこんぶ、レモン果汁	しょうゆ、みりん 酒、食塩	豆乳	苺のレアチーズ ケーキ 麦茶	
09金	チキンライス アスパラ入りサラダ クリームスープ 麦茶	514.6(474.4) 15.6(17.0) 11.2(14.3)	米、強力粉、三温糖 オリーブ油、油、麦茶	木綿豆腐、牛乳、鶏ささ身 ツナ水煮缶、ベーコン バター、チーズ	たまねぎ、レタス グリーンアスパラガス にんじん、コーン缶 ピーマン	ケチャップ、食塩 シチューミックス 味コンソメ、スキムミルク	ベビーチーズ	お豆腐パン 麦茶	
10土	たぬきうどん オレンジ 麦茶	212.5(174.1) 6.7(5.5) 1.1(0.9)	ゆでうどん、麦茶	なると、かつお節	オレンジ、ねぎ 小松菜	めんつゆ・3倍濃縮 しょうゆ、みりん			
12月	御飯 鯖の塩焼き にんじんしりしり、麦茶 味噌汁(たまねぎ・油揚げ)	452.7(399.6) 20.8(19.6) 11.7(11.0)	米、スパゲティー 油、麦茶	さば、卵、豚肉(もも) 米みそ、油揚げ、豆乳	にんじん、にら、たまねぎ キャベツ、ピーマン コーン缶、あおのり	中濃ソース、しょうゆ コンソメ、食塩 和風だしの素	豆乳	焼きスパゲッ ティー 麦茶	
13火	御飯 肉だんご キャベツのナムル風サラダ かきたま汁、麦茶	598.6(507.2) 19.6(16.6) 28.6(24.7)	米、油、パン粉 三温糖、油、片栗粉 ごま油、ごま、麦茶 春巻きの皮	豚ひき肉、チーズ かにかまぼこ、卵 鶏がらスープ	りんご、キャベツ、たまねぎ あさつき、にんじん ピーマン、わかめ、だいこん	しょうゆ、酢、食塩	茹大根	アップルパイ風 麦茶	
14水	麦御飯 厚揚げの味噌炒め 清汁(みつば・麩)、麦茶 もやしのマヨネーズサラダ	616.0(515.3) 19.6(16.4) 31.5(25.2)	米、小麦粉、マヨネーズ 押麦、焼ふ、ごま、油 上白糖、じゃがいも、麦茶	生揚げ、卵、ベーコン 豚ひき肉、ハム、米みそ とろけるチーズ、かつお節	大豆もやし、たまねぎ きゅうり、キャベツ、にんじん コーン、みつば りしりこんぶ、あおのり	中濃ソース、本みりん しょうゆ、食塩	蒸しじゃがいも	洋風お好み焼き 麦茶	体操教室
15木	御飯(雑穀入り) 鶏肉の黒酢あんかけ キャベツと昆布の漬物 わかめスープ、麦茶	543.7(496.0) 21.2(20.2) 12.7(13.9)	米、さつまいも、黒砂糖 上白糖、片栗粉、ごま油 麦茶	鶏むね肉、きな粉 ゼラチン、牛乳	キャベツ、れんこん たまねぎ、ピーマン 赤ピーマン、しょうが わかめ、りしりこんぶ	しょうゆ、黒酢、酒 みりん、食塩	牛乳	黒糖ゼリー 麦茶	避難訓練
16金	きつねうどん ジャーマンポテト バナナ 麦茶	614.2(475.2) 17.5(13.1) 13.2(9.0)	ゆでうどん、米 じゃがいも、油、三温糖 上白糖、オリーブ油、麦茶	油揚げ、鶏ひき肉 ベーコン、なると、油揚げ かつお節、バター	バナナ、たまねぎ いんげん、ほうれんそう ねぎ、にんじん、ひじき パセリ	めんつゆ・3倍濃縮 しょうゆ、みりん、酒 食塩、白こしょう	茹人参	ひじきおにぎり 麦茶	
17土	ラーメン 苺 麦茶	268.3(260.2) 9.7(9.1) 6.2(5.6)	生中華めん 油、ごま油、麦茶	豚ひき肉	いちご、大豆もやし キャベツ、にんじん たまねぎ、にら	しょうゆ、食塩			
19月	御飯 かじきのゴマフライ 白菜と油揚げの和え物 野菜味噌スープ、麦茶	484.1(417.5) 19.0(15.3) 14.4(11.6)	米、上白糖、油 パン粉、小麦粉、三温糖 ごま、麦茶	まかじき、米みそ、油揚げ 鶏がらスープ	はくさい、みかん缶 キャベツ、大豆もやし にんじん、にら、かんでん ブルー	しょうゆ、みりん、酢 ポンジュース	ブルー	みかん寒 麦茶	聖徳太子まつり
20火	麦御飯 塩じゃが 五目納豆、麦茶 味噌汁(あおさのり・えのき)	533.3(424.1) 16.4(13.3) 14.8(11.9)	じゃがいも、米、上白糖 押麦、オリーブ油 ホットケーキ粉 油、麦茶	納豆、ヨーグルト 豚肉、卵、じゃこ 米みそ	にんじん、たまねぎ こまつな、えのきたけ にんにく、あおさ、だいこん	めんつゆ・3倍濃縮 食塩、酒、しょうゆ	茹大根	ヨーグルトケーキ 麦茶	
21水	御飯(雑穀入り) 鶏肉のゴマネーズ焼き 山東菜のお浸し ソーセージスープ、麦茶	650.8(571.3) 25.2(22.0) 28.8(25.7)	ゆでうどん、米 マヨネーズ、じゃがいも すりごま、ごま、三温糖 片栗粉、雑穀、麦茶	鶏もも肉、豚ひき肉 魚肉ソーセージ 米みそ、かつお節、牛乳	さんとうさい、レタス たまねぎ、キャベツ にんじん、ねぎ、しいたけ しょうが、にんにく、りしりこんぶ	しょうゆ、みりん、食塩 酒、食塩、味コンソメ 甜麵醬	牛乳	ジャージャー麵 麦茶	音楽指導
22木	御飯 八宝菜 おからサラダ 味噌汁(カブ菜・かぶ)、麦茶	613.3(531.1) 16.3(14.3) 21.0(17.6)	米、小麦粉、マヨネーズ 油、上白糖、片栗粉 三温糖、油、ごま油、麦茶 じゃがいも、ホットケーキ粉	牛乳、おから、米みそ 豚肉、豆乳、ハム、卵	にんじん、はくさい、たけのこ チンゲンサイ、きゅうり、ねぎ ピーマン、しいたけ かぶ・葉、かぶ、しょうが	しょうゆ、酒、食塩 オイスターソース	蒸しじゃがいも	サーター アンダギー 牛乳	
23金	ロールパン ポークピカタ シルバーサラダ 野菜スープ、麦茶	712.1(579.3) 21.4(19.0) 30.4(25.0)	ロールパン、米 マヨネーズ、はるさめ 小麦粉、麦茶	豚肉、卵、ハムバター 粉チーズ、豆乳	キャベツ、レタス、きゅうり たまねぎ、にんじん 焼きのり、パセリ	ケチャップ、食塩 和風だしの素 味コンソメ	豆乳	塩おにぎり 麦茶	
24土	ナポリタン バナナ 麦茶	339.5(282.1) 9.7(7.9) 8.8(7.1)	スパゲティー オリーブ油、麦茶	ベーコン 粉チーズ	バナナ、たまねぎ ピーマン、にんじん	ケチャップ 味コンソメ			
26月	御飯 鮭のクリームソース 五目豆煮 小松菜と人参のスープ、麦茶	663.8(565.8) 29.3(24.2) 29.3(24.2)	米、ホットケーキ粉 上白糖、小麦粉 三温糖、油、麦茶	牛乳、べにさげ、卵 バター、豚肉 だいた、ホワイトソース	たまねぎ、にんじん こまつな、マッシュルーム缶 板こんにやく、りしりこんぶ だいこん	しょうゆ、酒、食塩 和風だしの素	茹大根	マドレーヌ 牛乳	
27火	麦御飯 豆腐のうま煮 田舎きんぴら えび団子のスープ、麦茶	541.9(461.3) 21.2(17.2) 17.5(14.0)	じゃがいも、米 三温糖、押麦、ごま油 はるさめ、片栗粉、油 ごま、麦茶	木綿豆腐、鶏ひき肉 豚肉(ばら)、えび 鶏がらスープ	にんじん、ごぼう ねぎ、しめじ、コーン あおのり、ブルー	しょうゆ、酒 和風だしの素、食塩 みりん、ウスターソース	ブルー	お子様洋食 麦茶	
28水	御飯(雑穀入り) メンチカツ かみかみなムル、麦茶 味噌汁(油菜・ねぎ)、苺	681.2(603.3) 19.9(19.3) 29.2(26.7)	米、小麦粉、パン粉 油、上白糖、ごま ごま油、雑穀、麦茶	豚ひき肉、生クリーム 牛乳、米みそ、卵 ソフトサキイカ、豆乳	いちご、バナナ、たまねぎ もやし、きゅうり、キャベツ こまつな、ねぎ、しそ りしりこんぶ	中濃ソース、食塩 酒、チョコソース	豆乳	バナナクレープ 麦茶	誕生会
30金	鶏南蛮うどん 小松菜ともやしの和え物 ベビーチーズ 麦茶	561.7(477.3) 21.6(18.6) 12.9(11.3)	ゆでうどん、米、片栗粉 三温糖、上白糖、ごま油 じゃがいも、麦茶	鶏肉、チーズ 豚ひき肉	こまつな、たまねぎ 緑豆もやし、ねぎ にんじん、しいたけ	めんつゆ・3倍濃縮 しょうゆ、本みりん 酒、食塩	蒸しじゃがいも	そぼろおにぎり 麦茶	

※献立は都合により変更することがあります。