

献立表



ご入園・ご進級おめでとうございます。新しい環境の中で、園生活がスタートしました。子どもたちが、給食の時間を楽しく過ごせるように、心を込めて給食を作っていきます。



2023年04月

※献立レシビはいつでも差し上げられますのでお声掛けください。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 土	五目うどん りんご 麦茶	255.6(203.9) 7.8(6.2) 6.1(4.9)	三温糖 ゆでうどん	かつお節 豚肉	りんご、はくさい にんじん しいたけ、ねぎ	めんつゆ しょうゆ みりん			
03 月	御飯 はんぺんフライ 青菜の味噌マヨ和え 中華スープ	584.4(457.8) 22.0(16.1) 30.4(20.6)	米、油、マヨネーズ、ごま 小麦粉、パン粉	米みそ フランクフルト、ハム はんぺん チーズ	こまつな、だいこん にんじん、たけのこ キャベツ、えのきたけ コーン、カットわかめ ブルーネ	中華スープ ケチャップ 中濃ソース 食塩	ブルーネ	フランクフルト 麦茶	入園式 希望保育
04 火	御飯 つるるんチャイナ きゅうりとふの酢の物 味噌汁(たまねぎ・人参)	491.0(412.9) 14.1(14.1) 5.8(6.2)	米、はるさめ、三温糖 砂糖、油 焼き麩	米みそ、豆乳 豚肉 鶏ひき肉	きゅうり、にんじん、もやし たまねぎ、にら、たけのこ ねぎ、しいたけ、わかめ しょうが	みりん しょうゆ 酢 食塩	豆乳	とりそぼろおにぎり 麦茶	始業式 花まつり
05 水	麦御飯 チキンカレー コーンサラダ オレンジ	610.4(497.0) 14.2(12.0) 22.5(18.7)	米、じゃがいも、砂糖 押麦、油 ホットケーキ粉	鶏もも肉 牛乳、バター	たまねぎ、オレンジ、レタス にんじん、きゅうり、にんにく だいこん、コーン	カレールー	茹大根	マドレーヌ 牛乳	
06 木	御飯 マーボー豆腐 かに玉風 味噌汁(わかめ・油揚げ)	533.0(507.9) 21.9(21.2) 19.6(20.5)	米、三温糖、片栗粉 油、ごま、ごま油、米はぜ マシユマロ	木綿豆腐、米みそ、油揚げ かにこまほこ(アラスカ) 牛乳、バター 豚ひき肉 卵	しいたけ、ねぎ にら、にんにく しょうが、わかめ あおのり	しょうゆ 酢	牛乳	手作りおこし(青のり) 麦茶	
07 金	御飯(雑穀入り) 黄金煮 刻み昆布煮 ほうれん草とベーコンのスープ	531.7(438.0) 18.5(15.6) 20.5(17.2)	米、じゃがいも、三温糖 雑穀 小麦粉	生揚げ 牛乳、無塩バター 豚肉、ベーコン 卵、さつま揚げ	たまねぎ、にんじん ほうれん草、板こんにやく たけのこ、しいたけ 刻みこんぶ りしりこんぶ	かつお、昆布だし汁 しょうゆ、ケチャップ みりん、食塩 白こしょう	茹人参	ココアスコーン 牛乳	
08 土	味噌ラーメン バナナ 麦茶	278.1(271.2) 9.9(9.3) 6.2(5.7)	油、ごま油 生中華めん	豚ひき肉	バナナ、もやし、キャベツ にんじん、たまねぎ ねぎ、にら	しょうゆ 食塩 白こしょう			
10 月	御飯 鱈の味噌煮 ツナともやしのサラダ 味噌汁(豆腐・なめこ)	514.7(419.8) 25.6(20.8) 17.5(14.3)	米、黒ごま、三温糖 砂糖、ごま油 小麦粉	さば、木綿豆腐 ツナ水煮缶、米みそ 牛乳、粉チーズ	もやし、なめこ しょうが、だいこん	しょうゆ 酢、みりん 食塩	茹大根	かみかみパン 牛乳	
11 火	鶏南蛮うどん 天ぷら(ちくわ・アスパラ) バナナ	591.6(548.7) 17.4(18.6) 12.2(15.0)	米、油、片栗粉 三温糖 ゆでうどん、小麦粉	鶏肉 チーズ ちくわ	バナナ、たまねぎ グリーンアスパラガス ねぎ、にんじん、しいたけ わかめ	めんつゆ しょうゆ みりん 食塩	ベビーチーズ	わかめおにぎり 麦茶	
12 水	麦御飯 高野豆腐の卵とじ ブロッコリーとコーンとえ 味噌汁(キャベツ、わかめ)	353.8(323.1) 13.7(11.2) 11.7(9.4)	米、マヨネーズ、押麦 三温糖、さつまいも	凍り豆腐、かつお節 鶏モモ肉 ヨーグルト 卵	ブロッコリー、たまねぎ キャベツ、チンゲンサイ みかん缶、バナナ パイン缶、にんじん 生わかめ、コーン	かつおだし汁 しょうゆ みりん 食塩	さつま芋	フルーツヨーグルト 麦茶	
13 木	御飯 肉だんご 五目納豆 かきたま汁	623.2(516.6) 25.7(21.5) 28.2(23.5)	じゃがいも、米、油 片栗粉、三温糖、ごま油 パン粉	納豆、豆乳、鶏がらスープ 牛乳 豚ひき肉 しらす干し 卵	たまねぎ、にんじん あさつき、こまつな ピーマン、だいこん にんじん	しょうゆ めんつゆ 酢、食塩 白こしょう	茹人参	じゃが芋もち 牛乳	
14 金	御飯 春野菜炒め 中華スパゲティ-サラダ 味噌汁(しめじ、もやし)	469.7(433.5) 15.8(15.9) 14.3(15.2)	米、三温糖、ごま油 砂糖、油 小麦粉、強力粉 スパゲティ-	米みそ 牛乳 豚肉、豚ひき肉、ハム	キャベツ、もやし にんじん、しいたけ たまねぎ、きゅうり しめじ にら	しょうゆ、酢 カレー粉 ドライイースト 食塩	牛乳	カレーまん 麦茶	諸日納入日
15 土	焼きそば 野菜スープ 麦茶	278.0(213.6) 10.2(7.9) 7.8(6.1)	じゃがいも、油 焼きそば麺	豚肉	キャベツ、もやし、にんじん たまねぎ、コーン、あおのり	食塩			
17 月	御飯 さわらの竜田揚げ 白菜と油揚げの和え物 味噌汁(大根・人参)	601.3(514.1) 20.8(17.0) 30.8(24.6)	米、油、マヨネーズ 片栗粉、三温糖 小麦粉、庄内ふ	さわら、米みそ、油揚げ かつお節 ベーコン とろけるチーズ	はくさい、だいこん キャベツ、レタス、にんじん コーン、にんにく しょうが、ブルーネ あおのり	中濃ソース しょうゆ、酢 みりん	ブルーネ	洋風お好み焼き 麦茶	
18 火	御飯(雑穀入り) 鶏の味噌バター焼き 春雨サラダ 野菜スープ	595.1(472.2) 22.4(17.9) 19.0(15.2)	じゃがいも、米、砂糖 はるさめ、三温糖、ごま油 雑穀 小麦粉、ホットケーキ粉	米みそ、鶏肉 ハム、ベーコン ヨーグルト、バター 卵	たまねぎ、きゅうり にんじん、いんげん ブロッコリー、あさつき りしりこんぶ、だいこん	みりん、しょうゆ 酢、食塩	茹大根	ヨーグルトケーキ 麦茶	
19 水	麦御飯 豆腐つくね キャベツのベーコンの炒め物 味噌汁(あさつき・もやし)	570.9(484.6) 25.8(22.0) 24.0(19.9)	米、マヨネーズ、押麦 ごま、油、じゃがいも 春巻きの皮、パン粉	木綿豆腐、鶏ひき肉 ツナ水煮缶、米みそ 牛乳、チーズ ベーコン	キャベツ、れんこん ねぎ、たまねぎ、にんじん もやし、あさつき、コーン しょうが	みりん、しょうゆ 食塩、白こしょう こしょう	蒸しじゃがいも	ツナコーンせんべい 牛乳	
20 木	中華丼 じゃが芋の甘辛 中華スープ	546.0(414.5) 14.3(10.5) 19.2(14.6)	米、じゃがいも、片栗粉 グラニュー糖、油、砂糖 ごま油	ゼラチン 生クリーム、牛乳 豚肉	いちご、はくさい わかめ、にんじん、ねぎ たけのこ、チンゲンサイ 黒きくらげ	中華スープ しょうゆ、みりん 酢、食塩	茹人参	イチゴババロア 麦茶	避難訓練
21 金	食パン ミートグラタン ミモザサラダ ソーセージスープ	533.6(441.5) 17.0(15.8) 13.2(12.0)	米、もち米、じゃが芋 油、片栗粉 小麦粉、パン粉 マカロニ、食パン	ささげ、豆乳 牛乳、バター、チーズ 卵 ハム、豚ひき肉 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり キャベツ たまねぎ、にんじん マッシュルーム	白こしょう ケチャップ 中濃ソース 食塩	豆乳	赤飯おにぎり 麦茶	聖徳太子まつり
22 土	ナポリタン 野菜スープ 麦茶	268.4(215.4) 8.6(6.9) 8.3(6.7)	オリーブ油 スパゲティ-	ベーコン	たまねぎ、ピーマン にんじん	ケチャップ 食塩、白こしょう			
24 月	御飯 鮭のマヨネーズ焼き ナムル風サラダ コンソメスープ	461.6(386.2) 21.6(17.8) 18.2(15.6)	米、マヨネーズ、黒砂糖 三温糖、ごま、ごま油 焼ふ	さけ 牛乳、バター かにこまほこ(アラスカ) 卵	チンゲンサイ、レタス たまねぎ、きゅうり どうもろこし、にら パセリ、にんじん	しょうゆ、コンソメ 酢、食塩 白こしょう	茹人参	黒糖麩ラスク 牛乳	
25 火	麦御飯 豚肉のしょうが焼き タケノコの土佐煮 味噌汁(豆腐、あさつき)	502.0(444.8) 18.8(18.7) 11.1(13.2)	米、押麦、油、三温糖	木綿豆腐、米みそ かつお節 豚肉 チーズ	たけのこ、キャベツ こんぶ佃煮、あさつき にんじん、しょうが 焼きのり	しょうゆ、食塩	ベビーチーズ	昆布おにぎり 麦茶	
26 水	御飯 肉じゃが 春野菜のサラダ 味噌汁(あおさ・なめこ)	651.2(538.7) 21.9(18.8) 21.6(18.3)	じゃがいも、米、砂糖 三温糖、油、黒ごま ホットケーキ粉	木綿豆腐、きな粉、米みそ ツナ水煮缶、かつお節 牛乳 豚肉	たまねぎ、にんじん レタス、しらたき、なめこ コーン、だいこん、アスパラ	しょうゆ、みりん	茹大根	きな粉ボール 牛乳	
27 木	御飯(雑穀入り) チーズハンバーグ ベーコンポテトサラダ 野菜スープ オレンジ	712.3(554.5) 24.3(18.8) 28.3(19.0)	米、じゃがいも マヨネーズ、ざらめ糖 砂糖、さつまいも 雑穀 コッペパン、パン粉	豚ひき肉、ベーコン チーズ、生クリーム	にんじん、たまねぎ きゅうり、いちご、バナナ みかん、キャベツ、レタス	ケチャップ ウスターソース 食塩、白こしょう	さつま芋	フルーツサンド 麦茶	誕生会
28 金	御飯 ぎょうざ のりとじゃこのサラダ 味噌汁(油揚げ・大根)	435.8(390.9) 16.2(15.7) 9.1(10.6)	米、油、ごま、ごま油 スパゲティ、餃子の皮	米みそ、油揚げ 牛乳 豚肉 しらす干し	レタス、だいこん、キャベツ、きゅうり にんじん、ねぎ、ピーマン、しいたけ、 にら、コーン缶、しょうが、にんにく 焼きのり、あおのり	しょうゆ 中濃ソース 酢、コンソメ オイスターソース 食塩	牛乳	焼きスパゲティ- 麦茶	

※献立は都合により変更することがあります。