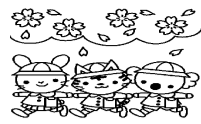


# 献立表



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みに過ごしていけるように、献立や食材を工夫して作っていききたいと思います。



2024年4月

※献立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月	御飯 エビカツ ひじき煮 味噌汁(玉葱・人参)	489.5(417.8) 13.9(11.7) 15.9(14.5)	じゃがいも、米、片栗粉 油、三温糖、マヨネーズ パン粉、小麦粉	はんぺん、油揚げ 牛乳、かつお節 えび	にんじん、キャベツ、たまねぎ しらたき、しいたけ、ひじき だいこん	中濃ソース、しょうゆ みりん 食塩	茹大根	じゃが芋もち 麦茶	希望保育
02火	御飯 ポークピカタ キャベツの千草漬 味噌汁(油揚げ・葱)	508.4(440.7) 19.6(18.7) 17.5(15.6)	米 ホットケーキ粉、小麦粉	牛乳、卵、米みそ、油揚げ 粉チーズ、バター、豆乳 豚肉	キャベツ、レタス、きゅうり にんじん、ねぎ、しそ、パセリ	ケチャップ、食塩 白こしょう	豆乳	ホットケーキ 麦茶	希望保育
03水	焼きそば 中華スープ 麦茶	456.7(388.6) 15.0(11.9) 8.2(6.5)	米、じゃがいも、油 中華麺	豚肉	キャベツ、えのきたけ 大豆もやし、にんじん 黒きくらげ、焼きのり あおのり、ブルー	中華スープ、食塩	ブルー	おにぎり 麦茶	始業式 入園式 花まつり 保護者総会
04木	御飯 豆腐のうま煮 たまご焼き 味噌汁(もやし・わかめ)	531.1(435.1) 21.0(17.4) 20.9(16.2)	米、グラニュー糖、三温糖 片栗粉、油、じゃがいも 上白糖 強力粉、小麦粉	木綿豆腐、卵 米みそ、牛乳、バター きな粉 豚肉	緑豆もやし、にんじん しめじ、わかめ	しょうゆ、和風だしの素 みりん、食塩 ドライイースト	蒸しじゃがいも	揚げパン 麦茶	
05金	御飯 鶏肉のマーマレード焼き フレンチサラダ かぶのスープ	424.5(347.9) 25.0(20.7) 14.0(11.4)	米、マヨネーズ 餃子の皮	鶏肉 しらす干し	キャベツ、レタス、きゅうり かぶ、あさつき、にんじん しめじ、かぶ、マーマレード コーン	しょうゆ、食塩	茹人参	カルシウムせんべい 麦茶	
06土	スパゲティ・ミートソース オレンジ 麦茶	338.1(267.5) 14.8(11.8) 10.2(7.8)	マカロニ・スパゲティ	牛ひき肉、粉チーズ バター 豚ひき肉	オレンジ、たまねぎ、にんじん パセリ	ケチャップ、塩、白こしょう			
08月	五目うどん 天ぷら(ちくわ・アスパラ) バナナ	589.7(509.1) 14.8(12.7) 13.7(11.0)	米、油、三温糖 じゃがいも 小麦粉、うどん	ちくわ、かつお節 豚肉	バナナ、はくさい グリーンアスパラガス にんじん、しいたけ、ねぎ	めんつゆ、しょうゆ みりん、食塩	蒸しじゃがいも	わかめおにぎり 麦茶	
09火	麦御飯 キーマカレー ブロッコリーとコーンとえ ポテトスープ	577.6(462.4) 15.1(12.2) 24.2(19.7)	米、じゃがいも、マヨネーズ 押麦、油 ホットケーキ粉	牛乳、卵 ベーコン、ウインナー 豚ひき肉	たまねぎ、ブロッコリー にんじん、コーン、にんにく だいこん	食塩、白こしょう カレールウ	茹大根	ウインナーホットケーキ 麦茶	
10水	御飯 ブルコギ きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(あさつき・大根)	481.1(459.6) 18.6(20.2) 19.2(21.3)	米、黒砂糖、三温糖 すりごま、油、ごま油 焼き麩	牛乳、チーズ、米みそ バター 豚肉	たまねぎ、きゅうり、にんじん だいこん、にら、あさつき わかめ、にんにく	酢、みりん、食塩、しょうゆ	ベビーチーズ	黒糖麩ラスク 牛乳	
11木	御飯 春野菜炒め 五目納豆 味噌汁(えのき・卵)	383.2(342.3) 16.0(13.5) 12.8(10.4)	米、油 ヨーグルト、納豆、米みそ 卵、かつお節 しらす干し 豚肉	キャベツ、にんじん、しいたけ たまねぎ、もも缶、みかん缶 バナナ、えのきたけ こまつな にら、だいこん、ブルー	しょうゆ、めんつゆ、食塩	ブルー	フルーツヨーグルト 麦茶		
12金	麦御飯 ハヤシ じゃが芋の甘辛 ベビーチーズ	641.6(544.8) 22.0(19.6) 22.5(19.8)	米、じゃがいも、押麦 片栗粉、砂糖、油 小麦粉、強力粉	チーズ、油揚げ、かつお節 豚肉	たまねぎ、だいこん マッシュルーム缶、ねぎ トマトピューレ、にんじん	ハヤシルウ、めんつゆ しょうゆ、酢、みりん ケチャップ、中濃ソース	茹人参	すいとん 麦茶	
13土	焼きそば 野菜スープ 麦茶	275.4(212.0) 10.1(7.8) 7.7(6.1)	じゃがいも、油 中華麺	豚肉	キャベツ、大豆もやし にんじん、たまねぎ コーン缶、あおのり	食塩			
15月	御飯 さわらの竜田揚げ キャベツと油揚げのごま酢和え 味噌汁(大根・人参)	581.2(500.4) 19.4(18.4) 17.8(15.8)	米、油、片栗粉、三温糖 庄内麩	さわら、米みそ、油揚げ 豆乳	キャベツ、だいこん、にんじん 塩こんぶ、焼きのり、にんにく しょうが、レタス、ごま	しょうゆ、酢、みりん、食塩	豆乳	昆布おにぎり 麦茶	
16火	御飯 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁(ほうれん草・えのき)	551.2(465.4) 21.5(18.2) 22.3(18.0)	米、マヨネーズ、三温糖 ごま油、砂糖、じゃがいも パン粉、マカロニ、チヂミ粉	米みそ、卵 豚ひき肉、ハム	たまねぎ、きゅうり、にら ほうれん草、にんじん、ねぎ えのきたけ、レタス、しょうが にんにく、りんごジュース	しょうゆ、みりん、食塩 白こしょう、	蒸しじゃがいも	チヂミ風 麦茶	
17水	御飯 マーボー豆腐 かにかまサラダ 中華スープ	615.3(502.9) 25.5(20.9) 21.2(17.7)	米、油、片栗粉 三温糖、ごま油 小麦粉	牛乳、木綿豆腐 卵、米みそ かにかまぼこ(アラスカ) 豚ひき肉	レタス、ねぎ、きゅうり にんじん、にら、黒きくらげ にんにく、しょうが、だいこん チンゲン菜、玉ねぎ	中華スープ、しょうゆ 酢、食塩	茹大根	卵蒸しパン 牛乳	
18木	麦御飯 アスパラの肉巻き 青菜の味噌マヨ和え 卵とコーンのスープ	520.6(500.3) 9.6(12.8) 26.8(27.8)	米、押麦、片栗粉 マヨネーズ、ごま	チーズ、卵、バター 米みそ、かつお節 豚肉	こまつな、コーン、にんじん キャベツ、レタス、えのきたけ グリーンアスパラガス、ねぎ あおのり	しょうゆ、みりん、食塩	ベビーチーズ	手作りおこし 麦茶	避難訓練
19金	ピピンパ井 粉ふき芋 味噌汁(あさつき・わかめ)	583.3(493.8) 20.8(17.6) 15.2(12.8)	米、じゃがいも、砂糖 三温糖、ごま、ごま油 強力粉	牛乳、米みそ、バター 豚ひき肉	ほうれん草、にんじん、もやし ねぎ、あさつき、にんにく パセリ、わかめ	しょうゆ、ドライイースト 食塩、こしょう	茹人参	手作りパン 牛乳	聖徳太子まつり
20土	鶏南蛮うどん オレンジ 麦茶	254.5(208.4) 11.2(9.1) 4.9(3.9)	ゆでうどん、片栗粉 三温糖	鶏肉	オレンジ、たまねぎ ねぎ、にんじん、しいたけ	めんつゆ、しょうゆ、みりん			
22月	御飯 鮭のゆうあん焼き ツナともやしのサラダ 味噌汁(キャベツ、ねぎ、さつま揚 げ)	448.7(394.2) 23.5(21.8) 7.8(7.9)	米、三温糖、ごま油 ホットケーキ粉	べにさけ、ヨーグルト、卵 ツナ水煮缶、米みそ さつま揚げ、豆乳	大豆もやし、キャベツ レタス、ねぎ	しょうゆ、本みりん、酢	豆乳	ヨーグルトケーキ 麦茶	
23火	麦御飯 鶏じゃが 春雨サラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	556.3(461.4) 21.5(18.4) 13.4(11.7)	じゃがいも、米、砂糖 三温糖、はるさめ、押麦 ごま油、油 小麦粉	牛乳、鶏肉、木綿豆腐 卵、米みそ、バター かつお節、コンデンスミルク ハム	たまねぎ、きゅうり、しらたき わかめ、にんじん	しょうゆ、酢、みりん	茹人参	甘食 牛乳	
24水	御飯 肉豆腐 ナムル風サラダ 洋風スープ	396.0(347.8) 14.1(11.6) 15.6(12.5)	じゃがいも、米、三温糖 油、ごま、ごま油	木綿豆腐 豚肉 かにかまぼこ(アラスカ)	もやし、ねぎ、しめじ にんじん、きゅうり、キャベツ しょうが、にんにく、ブルー	しょうゆ、みりん、酢 食塩、白こしょう	ブルー	フライドポテト 麦茶	
25木	御飯(雑穀入り) メンチカツ スパゲティ・サラダ 味噌汁(菜の花・玉ねぎ) オレンジ	743.2(573.4) 22.4(17.4) 27.1(21.4)	米、油、三温糖 ロールパン、パン粉 小麦粉、マカロニ	生クリーム、米みそ 豚ひき肉、ハム	オレンジ、たまねぎ、なばな キャベツ、もも缶、みかん缶 きゅうり、にんじん、バナナ りしりこんぶ、だいこん	中濃ソース、食塩 白こしょう	茹大根	フルーツサンド 麦茶	誕生会
26金	コーン御飯 ミートグラタン ミモザサラダ ソーセージスープ	535.9(500.1) 13.7(15.8) 10.8(14.0)	米、油、片栗粉 小麦粉、パン粉、マカロニ	牛乳、チーズ、卵 魚肉ソーセージ、バター 豚ひき肉、ハム	たまねぎ、レタス、コーン缶 きゅうり、キャベツ、にんじん マッシュルーム	白こしょう、ケチャップ しょうゆ、食塩	ベビーチーズ	焼きおにぎり 麦茶	交通安全教室
27土	味噌ラーメン バナナ 麦茶	280.1(272.9) 9.9(9.3) 6.2(5.7)	油、ごま油 生中華麺	豚ひき肉	バナナ、大豆もやし キャベツ、にんじん たまねぎ、にら、コーン缶	しょうゆ、食塩、白こしょう			
30火	御飯 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ 味噌汁(ニラ・卵)	531.1(459.7) 20.0(19.0) 20.6(18.1)	米、じゃがいも、マヨネーズ 三温糖、油、砂糖 スパゲッティ	米みそ、卵、かつお節 豆乳 豚肉、ハム	たまねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、ピーマン、にら コーン缶、しょうが、あおのり	中濃ソース、しょうゆ みりん、コンソメ、食塩 白こしょう	豆乳	焼きスパゲッティ 麦茶	

※献立は都合により変更する場合があります。