

こんだてひょう

2022年度 4月

ひ に ち	よ う び	しゅ し ょ く	お か ず	さん し ょ く ぶ ん る い			10 じ お や つ	3 じ お や つ
				ち や に く に な る	ね つ や ち ら に な る	ち ょう し ょ と と の え る		
1	金	ちゅうかどん	さげのこうみソースがけ おかかこんにやく デコボン むぎぢゃ	ふたにく えび さげ かつおぶし	こめ かたくりこ ごまあぶら さとう ま	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし	クリームサンドビスケット (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	スイートポテト ぎゅうにゅう
2	土	ごはん	とりにくとかぶのにももの まっくろくろすけサラダ みぞしる パイナップル むぎぢゃ	とりにく あつあげ ハム みぞ	こめ さとう ごまあ ぶら ふ	にんじん かぶ きゅう りう だいこん ひじ き	ビスケット ぎゅうにゅう	クラッカー ぎゅうにゅう
4	月	しらすごはん	チンジャオロースー かぼちゃのあまに レタスのちゅうかスープ グレープフルーツ むぎぢゃ	しらす ふたにく と りにく	こめ ごま ごまあぶ ら さとう かたくり こ	たけのこ ビーマン かぼちゃ にんじん レタス	クッキー (1才児…ビスケット) ぎゅうにゅう	ちゅうかまん ぎゅうにゅう
5	火	バターロール	チキンとやさいのグリル わかめサラダ マカロニスープ らぎゅうにゅう	とりにく ハム ベー コン らぎゅうにゅう	バターロール オリー フオイル ごま さ とう	かぼちゃ たまねぎ ミニトマト わかめ にんじん	ぶし (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	ツナとこまつなのおにぎり むぎぢゃ
6	水	かやくごはん	さばのしおやき あつやきたまご きゅうりとちくわのこまつなええ とうろこんぶじる むぎぢゃ	とりにく あぶらあげ さば たまご ちくわ	こめ こんにやく さ とう ごま	にんじん ほししいた け きゅうり こんぶ	しおせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	フルーツポンチ ぎゅうにゅう
7	木	かきたまうどん	ふたにくのさっぱりこ こまつなとじゃこのわふういため バナナ らぎゅうにゅう	たまご ふたにく う りめんじゃこ らぎゅう にゅう	うどん かたくりこ さとう ごまあぶ ら こまつ	こねぎ にんにく しょうが えのきだけ こまつな	クリームサンドクラッカー (1才児…ウェハース) ぎゅうにゅう	じゃがいもの カリカリチーズやき むぎぢゃ
9	土	ごはん	とうふのちゅうかあんかけ にんじんしりしり のりナムル キウイフルーツ むぎぢゃ	ふたにく とうふ ツ ナ たまご	こめ ごまあぶら さ とう かたくりこ サ ラダあぶら	にんにく にんじん ほししいたけ もやし やきのり	あまからせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう	サブレ ぎゅうにゅう
11	月	ゆかりごはん	おろしカツ パンパンジー いわしのつみれじる むぎぢゃ	ふたにく たまご と りにく つみれ みぞ	こめ こむぎこ パン こ サラダあぶら さ とう	だいこん にんじん きゅうり もやし キャベツ	ビスケット ぎゅうにゅう	パンラスク ぎゅうにゅう
12	火	ペペロンチーノ	しろみざかなののりしおパンこやき かたぬきチーズ ポトフ もものかんづめ らぎゅうにゅう	ベーコン かじき ウ インナー らぎゅうに ゅう	オリーブオイル スパ ゲティ パンこ	にんにく まいだけ ほうれんそう あおの り	ざらめせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	うめとあおなのおにぎり むぎぢゃ
13	水	ふりかけごはん	すどり もやしのごまサラダ ちゅうかコーンスープ むぎぢゃ	かつおぶし とりにく たまご	こめ さとう かたくり こ ごま ごまあぶ ら	にんじん たまねぎ ほししいたけ ビーマ ン もやし	あまからせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	バナナ ぎゅうにゅう
14	木	カレーライス	ポイルウインナー マカロニサラダ オレンジ らぎゅうにゅう	ふたにく ウインナー ハム らぎゅうにゅう	こめ じゃがいも マ カロニ さとう マヨ ネーズ	にんじん たまねぎ きゅうり コーン オ レンジ	パイ (1才児…ビスケット) ぎゅうにゅう	ハムコーンパンケーキ むぎぢゃ
15	金	ミルクパン	チキンのトマトに スナッフえんどうとベーコンのソテー コンソメスープ らぎゅうにゅう	とりにく こなチーズ ベーコン らぎゅうに ゅう	ミルクパン オリーブ オイル さとう パ ター	にんにく トマト ト マトピューレー たま ねぎ コーン	ビスケット ぎゅうにゅう	たごやきポテト むぎぢゃ
16	土	ごはん	さわらのバターやき グリーンサラダ とうにゅうスープ むぎぢゃ	さわら ハム ベー コン	こめ こむぎこ パ ター さとう サラ ダあぶら	パセリ きゅうり ア スパラガス キャベツ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	コーンフレーク ぎゅうにゅう
18	月	しおやきそば	やきチーズポテト いわしスティック わかめのちゅうかスープ いちご らぎゅうにゅう	ふたにく こなチーズ きゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん じゃがいも	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり	コーフレット (1才児…ウェハース) ぎゅうにゅう	いなりずし むぎぢゃ
19	火	ごはん (とりそば)	しろみざかなのにつけ ほうれんそうのなつどうあえ おすいもの グレープフルーツ むぎぢゃ	とりにく かじき なつどう とうふ	こめ さとう ごまあ ぶら	しょうが にんじん えのきだけ ほうれん そう	あまからせんべい (1才児…ボンゼン) ぎゅうにゅう	いちごジャムサンド ぎゅうにゅう
20	水	ごはん	スタミナやきにく アスパラのごまあえ いしかりじる パイナップルのかんづめ むぎぢゃ	ふたにく みそ とう ふ さげ	こめ サラダあぶら ごま さとう	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら	しおせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	メロンパンクッキー ぎゅうにゅう
21	木	バターロール	コロック だいごんのまめツナサラダ レタススープ らぎゅうにゅう	ツナ ベーコン らぎ ゅうにゅう	バターロール じゃが いも サラダあぶら さとう	にんじん だいこん えだまめ たまねぎ レタス	ビスケット ぎゅうにゅう	ピーチミルクプリン むぎぢゃ
22	金	グリーンピースごはん	チキンのバターしょうゆやき きりほしだいごんのふくめに チンゲンサイのたまごスープ デコボン むぎぢゃ	とりにく あぶらあげ たまご	こめ こむぎこ パ ター さとう	グリーンピース にんに く にんじん きりほ しだいごん	わかめせんべい ぎゅうにゅう	やさしいちのみ ぎゅうにゅう
23	土	チキンライス	スパニッシュオムレツ ブロッコリー はくさいスープ らぎゅうにゅう	とりにく たまご きゅうにゅう ベー コン	こめ サラダあぶら マヨネーズ	にんじん たまねぎ コーン グリーンピー ス	クリームサンドビスケット (1才児…ビスケット) ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎぢゃ
25	月	はるキャベツとツナの クリームスープパゲティ	ふたにくとかぼちゃのむしやき こぶきいも キウイフルーツ むぎぢゃ	きゅうにゅう ツナ ふたにく	スパゲティ サラダあ ぶら ごまあぶら じゃがいも	にんにく しめじ キャベツ もやし か ぼちゃ	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	こめのいちごむしパン ぎゅうにゅう
26	火	しょくパン (ジャム)	さげのムニエル ほうれんそうとツナのサラダ きのこベーコンのスープ らぎゅうにゅう	さげ ツナ ベーコン きゅうにゅう	しょくパン ジャム こむぎこ パター さ とう	ほうれんそう ミニ トマト レモン たま ねぎ	しおせんべい (1才児…こまつな) ぎゅうにゅう	カレーおにぎり むぎぢゃ
27	水	カリカリうめごはん	とりにくのあますあんかけ だいごんナムル みぞしる ゼリー ジュース	とりにく ふたにく あぶらあげ みぞ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごまあぶら	こねぎ だいこん ほ うれんそう にんにく キャベツ	ビスケット (1才児…ウェハース) ぎゅうにゅう	ふかしいも むぎぢゃ
28	木	ごはん (やきのり)	にくじゃが とりにくのでりやき あじつきござかな キャベツのゆかりあえ むぎぢゃ	ふたにく とりにく いわし	こめ じゃがいも し らたき さとう	やきのり にんじん たまねぎ さやいんげ い	やさしいせんべい (1才児…えびせんべい) ぎゅうにゅう	デコボン クッキー ぎゅうにゅう
30	土	にゅうめん	さばのみそに こまつなのびたし バナナ らぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ きゅうにゅう	そうめん さとう みりん	こねぎ にんじん こ まつな バナナ	ビスケット ぎゅうにゅう	きなこせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎぢゃ

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

**ご入園・ご進級
おめでとうございます!**

新しい一年のスタートです。
何でも好き嫌いせずに食べて
心も体もどんどん大きくなって
いきますように☆彡
給食室より

**誕生会
27日(水)
おたんじょうび
おめでとう!**



今月の平均栄養摂取量(給食)

エネルギー	482 kcal
たんぱく質	18.1 g