

4月 給食予定献立表

2023年 青い鳥学園
都合により献立を変更する場合があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1	土	牛乳 星たべよ	ツナチャーハン マロニーの中華和え わかめスープ	牛乳 源氏パイ	ツナ 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン インゲン・わかめ しめじ	米・なたね油 しょうゆ・マロニー 上白糖・ごま油 源氏パイ	
3	月	牛乳 サッポロポテト	ポークカレー ブロッコリーのサラダ りんご	牛乳 ぼたぼた焼き	豚肉 牛乳	玉ねぎ・人参 ケチャップ・グリーンピース ブロッコリー・コーン りんご	米・じゃが芋 なたね油・カレールー ウスターソース・カレー粉 和風ドレッシング・ぼたぼた焼	
4	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 豚肉の生姜焼き インゲンのじゃこ和え さつま揚げの味噌汁	牛乳 オレンジ寒天	豚肉・ちりめんじゃこ さつま揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・しょうが キャベツ・インゲン 人参 ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油・寒天 オレンジジュース	
5	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 白身魚のみそ焼き ほうれん草のごま和え すまし汁・オレンジ	牛乳 ふかし羊	ホキ 白味噌 牛乳	アスパラ・ほうれん草 人参・玉ねぎ みつば オレンジ	米・上白糖 みりん・ごま しょうゆ・おつま さつま芋	
6	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 メンチカツ アスパラとコーンのサラダ コンソメスープ	牛乳 ふのラスク	合挽きミンチ 豆腐 コンソメ 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ブロッコリー アスパラ・コーン おつま・ねぎ	米・片栗粉・上白糖 小麦粉・パン粉・植物油 とんかつソース・エッグケア おつま・ねぎ	
7	金	牛乳 マンナウエハース	鶏そぼろ丼 キャベツのおかか和え 豆腐の味噌汁	牛乳 いもち	鶏ミンチ・かつお節 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 のり キャベツ わかめ	米・上白糖 みりん・しょうゆ 片栗粉・なたね油 じゃが芋	
8	土	牛乳 星たべよ	きのこピラフ ハンブキンサラダ コンソメスープ	牛乳 野菜クラッカー	コンソメ ベーコン 牛乳	しめじ・エリンギ 玉ねぎ・人参 かぼちゃ・ミックスベジタブル パセリ	米・なたね油 しょうゆ エッグケア 野菜クラッカー	
10	月	牛乳 サッポロポテト	昆布ご飯 五目ラーメン ブロッコリーのサラダ	牛乳 コンソメポテト	豚肉・鶏がらだし ツナ 牛乳 コンソメ	塩昆布・椎茸 チンゲン菜・人参 玉ねぎ・ねぎ ブロッコリー	米・中華そば しょうゆ・ごま油 片栗粉・和風ドレッシング カットポテト・植物油	
11	火	牛乳 マンナビスケット	マーボー丼 もやしと青菜の和え物 中華スープ バナナ	牛乳 メーブルケーキ	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし・牛乳 鶏卵・ホイップ	しょうが・玉ねぎ 人参・ねぎ もやし・チンゲン菜 にら・バナナ	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・しょうゆ 上白糖・ホットケーキミックス 有塩バター・メーブルシロップ	
12	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 肉じゃが キャベツのじゃこ和え わかめの味噌汁	牛乳 クラッカージャムサンド	牛肉・ちりめんじゃこ 揚げ 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ グリーンピース キャベツ わかめ	米・じゃが芋 なたね油・上白糖 みりん・しょうゆ クラッカー・いちごジャム	
13	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 ごまチキン竜田 小松菜のおかかマヨ和え すまし汁	牛乳 きな粉ちんすこう	鶏肉 かつお節 牛乳 きな粉	しょうが・ブロッコリー 小松菜・人参 玉ねぎ・みつば えのき	米・しょうゆ・上白糖 片栗粉・黒ごま 植物油・エッグケア 小麦粉・なたね油	
14	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン ナポリタンス・パゲティ 大根サラダ コンソメスープ	お茶 菜飯おにぎり	ベーコン コンソメ	玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン ケチャップ・きゅうり・大根 人参・パプリカ パセリ・薬めしの素	ロールパン・ス・バグティ なたね油・ウスターソース 上白糖・ごまだれ 米	
15	土	牛乳 星たべよ	豚丼 白菜の和え物 さつま芋の味噌汁	牛乳 ビスコ	豚肉 ちくわ 味噌 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ しょうが・白米 人参 ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ さつま芋 ビスコ	
17	月	牛乳 サッポロポテト	わかめご飯 きつねうどん キャベツのサラダ	牛乳 マシュマロフレーク	揚げ かまぼこ 牛乳	わかめ御飯(鮭)・わかめ しょうが・白米 人参 キャベツ コーン	米・うどん・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油・マシュマロ 無塩バター・コーンフレーク	
18	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 ポークチャップ ポパイサラダ コンソメスープ・りんご	牛乳 シュガートースト	豚肉 ツナ コンソメ 牛乳	ケチャップ・玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・ほうれん草 人参・大根 パセリ・りんご	米・ウスターソース なたね油・ごまだれ 食パン・無塩バター グラニュー糖	
19	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 つくねの甘酢照り焼き マカロニサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 きな粉バナナ	鶏ミンチ・豆腐 鶏がらだし 牛乳 きな粉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン チンゲン菜・椎茸 バナナ	米・片栗粉 なたね油・しょうゆ 上白糖・マカロニ エッグケア	
20	木	牛乳 たべっ子ベイビー	☆総本メニュー☆ 筍ご飯 赤魚の煮付け・がんもの煮物 きのこの味噌汁	牛乳 ココアマフィン	揚げ・赤魚 小判型がんも 味噌 牛乳	たけのこ・人参 しょうが・インゲン グリーンピース・しめじ えのき・ねぎ	米・突きこんにやく しょうゆ・上白糖 片栗粉・ホットケーキミックス なたね油・ココア	
21	金	牛乳 マンナウエハース	☆お散歩遠足☆ ホットドック コロケパン 添え・りんごジュース	牛乳 プリン	ウインナー 野菜コロッケ 牛乳	キャベツ ケチャップ ブロッコリー ミニトマト	ドッグパン・カレー粉 しょうゆ・なたね油 植物油・とんかつソース アップルジュース・プリンミックス	
22	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 焼きそば 大根の味噌汁	牛乳 マリービスケット	豚肉 味噌 牛乳	しその香・キャベツ 玉ねぎ・人参 大根 ねぎ	米・焼きそば なたね油 焼きそばソース マリービスケット	
24	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 鮭のチャンチャン焼き 高野豆腐の煮物 大根のすまし汁	牛乳 きな粉蒸しパン	鮭・味噌 高野豆腐・牛乳 豆乳 きな粉	キャベツ・人参 玉ねぎ・コーン しょうが・絹さや 大根	米・上白糖 みりん しょうゆ 小麦粉	
25	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ピラフ・ハンバーグ カラフルサラダ コンソメスープ	牛乳 ポップコーン	ベーコン・コンソメ 合挽きミンチ・豆腐 豆乳 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル ケチャップ・人参 ブロッコリー・パプリカ パセリ	米・パン粉 和風ドレッシング ポップコーン なたね油	
26	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 鶏のねぎ塩焼き チンゲン菜の中華和え わかめスープ	お茶 お好み焼き	鶏肉・鶏がらだし 鶏ミンチ 鶏卵 かつお節	ねぎ・ブロッコリー・チンゲン菜 もやし・人参 わかめ・玉ねぎ キャベツ・青のり	米・ごま油 ごま・しょうゆ 上白糖・天かす 小麦粉・お好みソース	
27	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ゆかりご飯 肉うどん 小松菜の和え物	牛乳 ケークサレ	牛肉 牛乳 豆乳 ウインナー	しその香・玉ねぎ 人参・ねぎ 小松菜・コーン ほうれん草・ケチャップ	米・うどん しょうゆ・みりん 上白糖 小麦粉	
28	金	牛乳 星たべよ	ハヤシライス ごぼうサラダ りんご	お茶 フルーチェ	牛肉 コンソメ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ・人参 トマト缶・ケチャップ ごぼう・枝豆 コーン・りんご	米・なたね油 ハヤシフレーク ごまだれ フルーチェ(ピーチ)	
29	土		昭和の日					

※ 鉄分強化の為、毎週火曜・木曜日に鉄を強化した低脂肪乳を3時のおやつで提供させていただきます。

★ 今月の給本メニューの題材は、「たけのこくんぐん」です♪



今月の平均給与栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	528kcal	19.1g	17.8g	3.4g	1.4g
幼児	558kcal	19.9g	16.8g	4.2g	1.8g

