

4月 給食予定献立表

2024年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

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	月	牛乳 サッポロポテト	鶏そぼろ丼 キャベツのおかか和え 味噌汁		牛乳 ばりんこ	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 ばりんこ
2	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 カルピス寒天	豚肉・ちりめんじゃこ さつま揚げ・味噌 牛乳 カルピス	玉ねぎ・しょうが キャベツ・インゲン 人参・ねぎ 黄桃缶	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油 寒天
3	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・バナナ		牛乳 ふかし芋	ホキ 白味噌 豆腐 牛乳	アスパラ・ほうれん草 人参・玉ねぎ みつば・わかめ バナナ	米・上白糖 みりん・ごま しょうゆ さつま芋
4	木	牛乳 たべっ子ペイビー	マーボー丼 小松菜のおかかマヨ和え 中華スープ		牛乳 ふのラスク	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし・かつお節 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ねぎ 小松菜 にら	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・エッグケア しょうゆ・おつゆ麩 有塩バター・上白糖
5	金	牛乳 マンナウエハース	昆布ご飯 塩ラーメン 豆菜サラダ		牛乳 いももち	豚肉 鶏がらだし 大豆 牛乳	塩昆布・もやし 人参 コーン チンゲン菜	米・中華そば・ごま油 しょうゆ・みりん・ごまだれ じゃが芋・片栗粉 なたね油・上白糖
6	土	牛乳 星たべよ	きのこピラフ パンピキンスラダ 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
8	月	牛乳 サッポロポテト	ビーフカレー ブロッコリーのサラダ りんご		牛乳 クラッカー・ジャムサンド	牛肉 牛乳	玉ねぎ・人参 ブロッコリー コーン りんご	米・じゃが芋・カレールー ウスターソース・カレー粉 なたね油・和風ドレッシング ルヴァンクラッカー・いちごジャム
9	火	牛乳 マンナビスケット	薬飯 肉うどん ほうれん草の和え物		牛乳 メーブルケーキ	牛肉 牛乳	薬味の素・玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草	米・うどん しょうゆ・みりん 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
10	水	牛乳 お野菜ビスケット	☆絵本メニュー☆ チャーハン マカロニサラダ チンゲン菜のスープ・バナナ		牛乳 コンソメポテト	豚ミンチ 鶏がらだし 牛乳 コンソメ	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン チンゲン菜・椎茸 バナナ	米・なたね油 しょうゆ・マカロニ エッグケア・カットポテト 植物油
11	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 ごまチキン竜田 もやしと青菜の和え物 すまし汁		牛乳 みかん寒天	鶏肉 牛乳	しょうが・ブロッコリー・もやし チンゲン菜・人参 玉ねぎ・みつば えのき・みかん缶	米・しょうゆ・上白糖 片栗粉・黒ごま 植物油・ごま油 寒天・オレンジジュース
12	金	牛乳 マンナウエハース	ハヤシライス 大根サラダ オレンジ		牛乳 きな粉ちんすこう	牛肉 コンソメ 牛乳 きな粉	マッシュルーム・玉ねぎ・人参 トマト缶・ケチャップ きゅうり・大根 パプリカ・オレンジ	米・なたね油 ハヤシフレーク・ごまだれ 小麦粉 上白糖
13	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・白菜 人参 ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ さつま芋 ビスコ
15	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 肉豆腐 ブロッコリーの和え物 しめじの味噌汁		牛乳 マシュマロフレーク	牛肉 豆腐 味噌 牛乳	白菜・玉ねぎ 人参・白ねぎ ブロッコリー・しめじ ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ マシュマロ・無塩バター コーンフレーク
16	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		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	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
17	水	牛乳 お野菜ビスケット	わかめご飯 豚汁うどん キャベツのごま和え りんご		牛乳 プリン	豚肉 揚げ 味噌 牛乳	わかめ御飯(鮭)・人参 玉ねぎ・大根 ねぎ・キャベツ りんご	米・うどん ごま・上白糖 しょうゆ プリンミックス
18	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 カレイの煮付け がんもの煮物 まのこの味噌汁		牛乳 ココアマフィン	揚げ・カレイ 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・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
19	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 きな粉バナナ	ウインナー 野菜コロケ 牛乳 きな粉	キャベツ・ケチャップ ブロッコリー ミニトマト アツルジュース・上白糖 バナナ	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 アツルジュース・上白糖
20	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 焼きそば 麩の味噌汁		牛乳 マリービスケット	豚肉 味噌 牛乳	しそ・香・キャベツ 玉ねぎ 人参 わかめ	米・焼きそば なたね油・焼きそばソース おつゆ麩 マリービスケット
22	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
23	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 フルーツ杏仁	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 みかん缶・白桃缶	米 パン 和風ドレッシング 杏仁豆腐
24	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・オレンジ		お茶 お好み焼き	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・オレンジ キャベツ・香のり	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
25	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 メンチカツ アスパラとコーンのサラダ 玉ねぎの味噌汁		牛乳 レモンのビスコッパ	合挽きミンチ・豆腐 味噌 牛乳 ヨーグルト	しょうが・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・アスパラ コーン・しめじ レモン・レモン果汁	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 ホットケーキミックス・粉糖
26	金	牛乳 マンナウエハース	ロールパン ナポリタンス・バグティ ごぼうサラダ コンソメスープ		お茶 フルーチェ	豚ミンチ 牛乳	玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン ケチャップ・ごぼう 人参・インゲン コーン・パセリ	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 じゃが芋・フルーチェ(ピーチ)
27	土	牛乳 星たべよ	和風あんかけ丼 キャベツのツナ和え なめこの味噌汁		牛乳 きな粉餅せんべい	鶏ミンチ・揚げ ツナ 味噌 牛乳	白菜・玉ねぎ 人参・椎茸 キャベツ・なめこ ねぎ	米・しょうゆ みりん・片栗粉 上白糖 きなこ餅
29	月		昭和の日					
30	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 さばの竜田揚げ ブロッコリーのおかか和え 大根の味噌汁		牛乳 キャロットケーキ	さば・かつお節 味噌 牛乳 豆乳	しょうが・キャベツ ブロッコリー・人参 大根・玉ねぎ ねぎ	米・しょうゆ 片栗粉・植物油 上白糖・小麦粉 なたね油

※ 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。

★ 今月の絵本メニューの題材は、「いろいろなごはん」です♪

	今月の平均給食栄養量				
	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	526kcal	18.6g	17.9g	3.3g	1.6g
幼児	555kcal	19.4g	18.9g	4.1g	1.8g

