



# れいわ8ねん 4がつ



日 曜	こ ん だ て め い 献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
2 木	さかなのスティックあげ さんしょくナムル ミニゼリー ワントンスープ ごはん	揚げ油/かたくり粉/砂糖/ごま油/ミニゼリー/★ワントン/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/ごま/薄力粉	めかじきスティック/豚ひき肉	しょうが/ほうれんそう/にんじん/だいず/もやし/はくさい/玉葱/あさつき/しゃくしな漬	たらしやき	E補キ-	547 kcal
					たんぱく質 19.7 g		
3 金	てりやきチキン いそかあえ みかんかん みそしる ごはん	砂糖/かたくり粉/水稲穀粒(精白米)	鶏肉モモ/凍り豆腐/★牛乳	キャベツ/ほうれんそう/こまつな/りんご/西洋かぼちゃ(冷凍)	かぼちゃのおやき	E補キ-	488 kcal
					たんぱく質 17.9 g		
6 月	にくじゃが みずなサラダ オレンジ みそしる ごはん	じゃがいも/サラダ油/ごま(いり)/ごま油/★マカロニ	豚モモ/★ロースハム/牛乳/きな粉/木綿豆腐	にんじん/玉葱/水菜/もやし/パレンシアオレンジ	きなごまカロニ	E補キ-	501 kcal
					たんぱく質 16.1 g		
7 火	チキンのトマトに こまつなとコーンのごまあえ ミニゼリー みそしる ごはん	サラダ油/砂糖/かたくり粉/ごま(いり)/水稲穀粒(精白米)/冷凍コーン/ミニゼリー/★ホットケーキMIX	鶏肉モモ/★牛乳	にんにく/玉葱/しめじ/えのき/トマト缶詰(ホール缶)/こまつな/はくさい/にんじん	やきまんじゅう	E補キ-	516 kcal
					たんぱく質 18.4 g		
8 水	あかうおのにつけ やさしいため バナナ かみなりじる ごはん	砂糖/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★中力粉/ペーキングパウダー/サラダ油/揚げ油	あかうお/★ウインナー/鶏肉モモ/木綿豆腐/わかめ/★ブルガリアヨーグルト	キャベツ/赤ピーマン/もやし/青ピーマン/だいこん/ねぎ/にんじん	ドーナツ	E補キ-	551 kcal
					たんぱく質 22.3 g		
9 木	あまからチキン のりレタスサラダ オレンジ やさしいため ごはん	薄力粉/砂糖/ごま(いり)/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★食パン/★ソフトタイプマーガリン/グラニュー糖	鶏肉モモ/焼きのり/★牛乳	にんにく/しょうが/レタス/レズン/パレンシアオレンジ/キャベツ/玉葱/にんじん	シュガートースト	E補キ-	525 kcal
					たんぱく質 18.5 g		
10 金	ポークチャップ ちゅうかあえ ミニゼリー みそしる ごはん	サラダ油/ごま油/砂糖/ミニゼリー/水稲穀粒(精白米)/素麺	豚肩ロース/ツナ缶/★ロースハム	玉葱/ぶなしめじ/青ピーマン/にんじん/切り干しだいこん/だいず/もやし/きゅうり/ねぎ/はくさい/キャベツ	そうめんチャンプルー	E補キ-	550 kcal
					たんぱく質 21.5 g		
13 月	いりどり なっとうあえ バナナ みそしる ごはん	じゃがいも/砂糖/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★薄力粉	鶏肉モモ/挽きわり納豆/木綿豆腐/★牛乳	にんじん/いんげん/ほうれんそう/だいず/もやし/バナナ/玉葱	むしパン	E補キ-	556 kcal
					たんぱく質 19.6 g		
14 火	さけのさいきょうやき チンゲンさいのソテー オレンジ みそしる ごはん	砂糖/ごま油/冷凍コーン/水稲穀粒(精白米)/じゃがいも/かたくり粉/揚げ油	さけ/わかめ/★ウインナー/★牛乳	チンゲンツアイ/パレンシアオレンジ/だいこん/キャベツ	フライドポテト	E補キ-	485 kcal
					たんぱく質 21.6 g		
15 水	マーボー豆腐 はるさめサラダ ミニゼリー すましじる ごはん	サラダ油/砂糖/かたくり粉/緑豆はるさめ/ごま油/ミニゼリー/水稲穀粒(精白米)/★薄力粉/サラダ油	木綿豆腐/豚ひき肉/★ロースハム/★なた豆/豆乳/きな粉	しょうが/にんにく/ねぎ/にんじん/生しいたけ/きゅうり/こまつな	きなこパンケーキ	E補キ-	546 kcal
					たんぱく質 20.4 g		

# 1歳児クラスこんだてひょう

日 曜	こ ん だ て め い 献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
16 木	てりやきチキン いそかあえ みかんかん みそしる ごはん	砂糖/かたくり粉/水稲穀粒(精白米)	鶏肉モモ/凍り豆腐/★牛乳	キャベツ/ほうれんそう/こまつな/りんご/西洋かぼちゃ(冷凍)	かぼちゃのおやき	E補キ-	488 kcal
					たんぱく質 17.9 g		
17 金	にくやさしいため かぼちゃのあまに バナナ みそしる ごはん	ごま油/砂糖/ごま(乾)/上新粉/かたくり粉/水稲穀粒(精白米)	豚肩ロース/木綿豆腐/カットわかめ	玉葱/にんじん/にら/もやし/にんにく/しょうが/西洋かぼちゃ/バナナ/だいこん	みたらしまカロニ	E補キ-	565 kcal
					たんぱく質 18.6 g		
20 月	チキンのトマトに こまつなとコーンのごまあえ ミニゼリー みそしる ごはん	サラダ油/砂糖/かたくり粉/ごま(いり)/水稲穀粒(精白米)/冷凍コーン/ミニゼリー/★ホットケーキMIX	鶏肉モモ/★牛乳	にんにく/玉葱/しめじ/えのき/トマト缶詰(ホール缶)/こまつな/はくさい/にんじん	やきまんじゅう	E補キ-	516 kcal
					たんぱく質 18.4 g		
21 火	あかうおのにつけ やさしいため バナナ かみなりじる ごはん	砂糖/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★中力粉/ペーキングパウダー/サラダ油/揚げ油	あかうお/★ウインナー/鶏肉モモ/木綿豆腐/わかめ/★ブルガリアヨーグルト	キャベツ/赤ピーマン/もやし/青ピーマン/だいこん/ねぎ/にんじん	ドーナツ	E補キ-	551 kcal
					たんぱく質 22.3 g		
22 水	あまからチキン のりレタスサラダ オレンジ やさしいため ごはん	薄力粉/砂糖/ごま(いり)/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★食パン/★ソフトタイプマーガリン/グラニュー糖	鶏肉モモ/焼きのり/★牛乳	にんにく/しょうが/レタス/レズン/パレンシアオレンジ/キャベツ/玉葱/にんじん	シュガートースト	E補キ-	525 kcal
					たんぱく質 18.5 g		
23 木	ポークチャップ ちゅうかあえ ミニゼリー みそしる ごはん	サラダ油/ごま油/砂糖/ミニゼリー/水稲穀粒(精白米)/素麺	豚肩ロース/ツナ缶/★ロースハム	玉葱/ぶなしめじ/青ピーマン/にんじん/切り干しだいこん/だいず/もやし/きゅうり/ねぎ/はくさい/キャベツ	そうめんチャンプルー	E補キ-	550 kcal
					たんぱく質 21.5 g		
24 金	たんじょうかい とりのからあげ やさしいため オレンジ みそしる・わかめごはん	かたくり粉/揚げ油/砂糖/ごま油/水稲穀粒(精白米)/除去スイートポテト	鶏肉モモ	にんにく/しょうが/トマト/フロコリー/にんじん/はくさい/玉葱	たんじょうデザート	E補キ-	574 kcal
					たんぱく質 18.4 g		
27 月	いりどり なっとうあえ バナナ みそしる ごはん	じゃがいも/こんにゃく/砂糖/サラダ油/水稲穀粒(精白米)/★薄力粉	鶏肉モモ/★さつま揚げ/挽きわり納豆/木綿豆腐/★牛乳	にんじん/いんげん/ほうれんそう/だいず/もやし/バナナ/玉葱	むしパン	E補キ-	556 kcal
					たんぱく質 19.6 g		
28 火	さけのさいきょうやき チンゲンさいのソテー オレンジ みそしる ごはん	砂糖/ごま油/冷凍コーン/水稲穀粒(精白米)/じゃがいも/かたくり粉/揚げ油	さけ/わかめ/★ウインナー/★牛乳	チンゲンツアイ/パレンシアオレンジ/だいこん/キャベツ	フライドポテト	E補キ-	485 kcal
					たんぱく質 21.6 g		
30 木	マーボー豆腐 はるさめサラダ ミニゼリー すましじる ごはん	サラダ油/砂糖/かたくり粉/緑豆はるさめ/ごま油/ミニゼリー/水稲穀粒(精白米)/★薄力粉/サラダ油	木綿豆腐/豚ひき肉/★ロースハム/★なた豆/豆乳/きな粉	しょうが/にんにく/ねぎ/にんじん/生しいたけ/きゅうり/こまつな	きなこパンケーキ	E補キ-	546 kcal
					たんぱく質 20.4 g		

◎食材の納品状況等により、献立・調理法に変更がある場合があります。  
◎★印はアレルギー除去対象食品です。  
◎給食に慣れるため、今月は同じメニューが2回出ます。