



# 4月給食献立予定表

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る
2	金	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	せんべい <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	豚肉、ハム	じゃがいも、米
5	月	白身魚のフライ ちりめん干し野菜のサワー 花麩のすまし汁	ビスコ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、しらす干し 白身魚フライ	米、焼き麩、上白糖
6	火	スパイシーチキン 中華サラダ コンソメスープ	ジャムサンドクラッカー <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、ハム、鶏肉	米、上白糖、ごま、ごま油
7	水	煮込みハンバーグ 粉ふき芋 キャベツスープ	野菜ジュース スティックパン <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	豚肉、鶏肉、ハム、卵 牛乳	米、じゃがいも、上白糖 スティックパン
8	木	魚の味噌煮 ほうれん草のごま和え そうめんのすまし汁	マカロニのあべかわ <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、さば、きな粉、味噌	米、マカロニ、そうめん 上白糖、ごま
9	金	鶏のから揚げ お花畑サラダ みそ汁	ゼリー <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	鶏肉、ハム、味噌、油揚げ	米、上白糖、とうもろこし
12	月	たまねぎとグリーンピースの卵とじ ブロッコリーサラダ みそ汁	バナナとおからの パウンドケーキ <small>(バナナ)</small>	牛乳、卵、豚肉、バター 卵、おから、味噌、油揚げ	米、上白糖、マヨネーズ すりごま
13	火	鯖のカレー焼き かぼちゃ煮 みそ汁	せんべい <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、さば、味噌	米、上白糖
14	水	マーボー豆腐 ひじきの酢の物 すまし汁	豆腐ドーナツ <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、豆腐、はんぺん 豚肉	米、そうめん、上白糖 ホットケーキミックス ごま、ごま油
15	木	黒はんぺんフライ じゃがにらスープ きゅうりとキャベツの昆布和え	ちんすこう <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、黒はんぺん、卵	米、じゃがいも、三温糖 パン粉、小麦粉
16	金	肉団子と春雨のスープ煮 ツナサラダ ヨーグルト	ホットケーキ <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、ヨーグルト、豚肉 ツナ、卵	米、ホットケーキミックス マヨネーズ、春雨 メープルシロップ
19	月	鶏肉のみそ漬け焼き ブロッコリーのおかか和え 豆腐のすまし汁	チーズまんじゅう <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鶏肉、豆腐、味噌 卵、クリームチーズ バター、かつお節	米、ホットケーキミックス 上白糖
20	火	焼き魚 切り干し大根の炒り煮 たまねぎのみそ汁	バナナ <small>(バナナ)</small>	牛乳、鮭、味噌、油揚げ	米、上白糖
21	水	にら玉 野菜のごま和え 大根のみそ汁	緑茶クッキー <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、卵、豚肉、バター 味噌、油揚げ	米、上白糖、ごま、ごま油
22	木	鯖のおろし煮 ツナときゅうりの酢の物 みそ汁	源氏パイ <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、さば、豆腐、ツナ 味噌	米、上白糖、ごま
23	金	愛情弁当			
26	月	焼きしゅうまい ブロッコリーときのこのサラダ 小松菜のみそ汁	ミルクパン <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、豚肉、味噌、油揚げ	米、ロールパン、上白糖 ごま油、しゅうまいの皮
27	火	魚の味噌マヨネーズ焼き カレー金平	サクサクビスケット	牛乳、しいら、ハム、味噌	じゃがいも、米、マーガリン 上新粉、上白糖、マヨネーズ

		オニオンスープ	(赤ちゃんポーロ)		
28	水	お楽しみ給食	お楽しみおやつ (赤ちゃんせんべい)	牛乳、豚肉、卵、うずら卵 ウインナー、チーズ	米、ホットケーキミックス 上白糖、ごま油、ごま
30	金	鶏肉のチーズ焼き マカロニサラダ みそ汁	ジオア 雪の宿 (赤ちゃんビスケット)	鶏肉、味噌、粉チーズ ハム、乳酸菌飲料	米、マヨネーズ、マカロニ

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ



## 令和3年度わかば・わかばみや保育園

体の調子を整える	kcal	ワンポイント
たまねぎ、きゅうり、にんじん りんご、レモン果汁、らっきょう	413	入園、進級おめでとう ございます、一年間 よろしくお願ひします🌸
	516	
きゅうり、えのきたけ、にんじん 切り干し大根、葉ねぎ、ゆかり	332	
	415	
もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり いちごジャム、りんご果汁 にんにく、しょうが	482	みやの年長さん かのかちゃんの リクエストメニュー🍷
	603	
たまねぎ、キャベツ、りんご、青のり 野菜ジュース	454	
	567	
ほうれんそう、にんじん、葉ねぎ しょうが	466	
	582	
かぶ、キャベツ、りんご、にんじん きゅうり、しょうが、わかめ、葉ねぎ	369	鶏のから揚げは 言わずと知れた 人気メニューです！
	461	
たまねぎ、ブロッコリー、バナナ キャベツ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ グリーンピース、レモン果汁	529	
	661	
かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、しょうが わかめ、葉ねぎ	415	
	519	
みかん缶、にんじん、たまねぎ、ねぎ きゅうり、葉ねぎ、干しいたけ ひじき、にんにく、しょうが	486	ひじきの酢の物は そうめん入りのちよっぴり 変わったメニューです！
	607	
きゅうり、キャベツ、にんじん、にら 塩こんぶ	385	
	481	
たまねぎ、キャベツ、はくさい、にんじん きゅうり、いんげん、干しいたけ	530	
	663	
ブロッコリー、にんじん、葉ねぎ	425	
	531	
バナナ、たまねぎ、にんじん、いんげん 葉ねぎ、干しいたけ、切り干し大根	354	
	443	
キャベツ、だいこん、にんじん、にら たまねぎ、葉ねぎ	426	旬の甘くてやわらかい 春キャベツが 入ります！
	532	
だいこん、きゅうり、なめこ、ねぎ わかめ	380	
	475	
たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ しょうが、きゅうり、グリーンピース、葉ねぎ キャベツ、こまつな、しめじ、にんじん	434	見た目はしゅうまいには 見えませんが、味は しゅうまいなのです！
	542	
たまねぎ、にんじん、ピーマン	478	

	597	
きゅうり、もやし、ほうれんそう、ねぎ にら、にんじん、しょうが、にんにく トマト	439	今年度のお楽しみは 世界のメニューです
	549	お楽しみに！🍴
きゅうり、なめこ、ねぎ にんじん、たまねぎ、しょうが わかめ	378	
	472	

内は離乳食用おやつです





曜日

カロニのあべか

水曜日

バナナ

水曜日

ビスコ

水曜日

ゼリー