

給食だより

認定こども園 桜保育園

日	献立		主材料				おやつ	栄養価	
	メニュー		強い力を作る	体を丈夫にする	病気から守ってくれる	味のお手伝い		エネルギー	
2 (月)	麦ごはん 味付け肉だんご ブロッコリーのサラダ みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	グレープフルーツ	米、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、なたね油	牛乳、米みそ(淡色辛みそ)、卵(厚焼き卵)	グレープフルーツ、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん	煮干だし汁、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	406 kcal 16 g 18 g 182 mg
6 (金)	麦ごはん 煮魚 小松菜の磯和え 味噌汁(豆腐)	もも缶	米、中ざら糖、押麦、なたね油	牛乳、あこうだい、木綿豆腐、減塩みそ、ちくわ、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、こまつな、にんじん、生わかめ、ほしのり	しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	338 kcal 18 g 8.9 g 234 mg
7 (土)	焼きそば わかめスープ(玉葱) オレンジ		焼きそばめん、米、油、なたね油	牛乳、豚肉(ばら)	オレンジ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、ピーマン、カットわかめ	中濃ソース、しょうゆ、食塩、洋風だしの素、こしょう	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	372 kcal 12 g 15 g 182 mg
9 (月)	麦ごはん 野菜コロッケ ひじきの煮物 味噌汁(大根人参)	りんご	なたね油、米、押麦	牛乳、ちくわ、豆みそ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	りんご、だいこん、にんじん、さやえんどう	中濃ソース、めんつゆ・ストレート、本みりん、酒、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	623 kcal 13 g 40 g 207 mg
10 (火)	麦ごはん 鮭の味噌焼 ほうれん草と油揚げのお浸し 豆腐すまし汁(わかめ)	バナナ	米、押麦、なたね油、三温糖	乳酸菌飲料(非乳製品)、さけ、木綿豆腐、減塩みそ、油揚げ、かつお節	バナナ、ほうれん草、にんじん、しめじ、生わかめ	かつお・昆布だし汁、酒、本みりん、しょうゆ、食塩	ジュア おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	339 kcal 16 g 7.2 g 82 mg
11 (水)	麦ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 もやしのごま酢あえ 味噌汁(じゃが芋)	グレープフルーツ	米、じゃがいも、押麦、ごま油、砂糖、なたね油、ごま、三温糖、片栗粉	牛乳、豚肉(ロース)、減塩みそ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、たまねぎ、もやし、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、ピーマン、キャベツ、にんじん、しょうが	酢、しょうゆ、めんつゆ・3倍濃縮、酒、本みりん、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	360 kcal 15 g 14 g 215 mg
12 (木)	麦ごはん カップ納豆 スパゲッティサラダ 味噌汁(白菜)	キウイフルーツ	米、マヨネーズ、サラダ用スパゲティ、押麦、なたね油	牛乳、納豆、減塩みそ、ツナ油漬缶、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、はくさい、緑豆もやし、きゅうり、にんじん、クリームコーン缶	めんつゆ・ストレート、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	367 kcal 15 g 14 g 226 mg
13 (金)	麦ごはん 鯖の味噌煮 白菜のおかか和え 清汁(玉葱)	みかん缶	米、中ざら糖、押麦、焼ふ、なたね油	牛乳、さば、減塩みそ、かつお節	みかん缶、はくさい、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、しょうが、にんにく	酒、しょうゆ、食塩、めんつゆ・3倍濃縮、昆布だし汁	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	348 kcal 16 g 13 g 157 mg
14 (土)	ひじきご飯 味噌汁(じゃが芋) バナナ		米、じゃがいも、なたね油、三温糖	牛乳、減塩みそ、油揚げ、豚肉(ばら)、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ、酒、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	353 kcal 12 g 10 g 198 mg
16 (月)	麦ごはん 麻婆豆腐 もやしの和え物 中華スープ(玉葱えのき)	もも缶	米、押麦、三温糖、ごま、なたね油、ちくわぶ	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉	もも缶(白桃)、緑豆もやし、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく	酢、めんつゆ・3倍濃縮、中華だしの素、しょうゆ、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	360 kcal 16 g 14 g 224 mg
17 (火)	麦ごはん 煮魚 ほうれん草の磯和え 味噌汁(豆腐)	グレープフルーツ	米、中ざら糖、押麦、なたね油	あかうお、木綿豆腐、減塩みそ、いわし(煮干し)	オレンジ天然果汁、グレープフルーツ、緑豆もやし、ほうれん草、にんじん、生わかめ、焼きのり	しょうゆ、めんつゆ・ストレート	ジュース おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	301 kcal 15 g 4.7 g 103 mg
18 (水)	麦ごはん 味付け肉だんご ひじきの煮物 味噌汁(大根人参)	りんご	米、押麦、なたね油	牛乳、ちくわ、豆みそ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	りんご、だいこん、にんじん、さやえんどう	めんつゆ・ストレート、本みりん、酒、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	377 kcal 16 g 15 g 206 mg
19 (木)	麦ごはん 野菜コロッケ アスパラサラダ 味噌汁(白菜玉葱)	キウイフルーツ	なたね油、米、マヨネーズ、押麦	牛乳、赤みそ、卵(厚焼き卵)、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、グリーンアスパラガス、はくさい、たまねぎ、にんじん	中濃ソース、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	651 kcal 12 g 44 g 220 mg
20 (金)	お弁当の日 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ) オレンジ		じゃがいも	牛乳、米みそ(淡色辛みそ)	オレンジ、たまねぎ	煮干だし汁	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	160 kcal 6.3 g 6.2 g 156 mg
21 (土)	スパゲティートマトソース 野菜スープ(キャベツ) バナナ		米、なたね油、油	牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ、バター	バナナ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、しめじ、キャベツ、にんじん、にんにく	ケチャップ、食塩、洋風だしの素、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	265 kcal 9.8 g 11 g 165 mg

給食だより

認定こども園 桜保育園

日	献立		主材料				おやつ	栄養価	
	メニュー		強い力を作る	体を丈夫にする	病気から守ってくれる	味のお手伝い		エネルギー	たんぱく質
23 (月)	麦ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 切干大根煮 みそ汁(もやし)	りんご	米、板こんにやく、 押麦、ごま油、なた ね油、片栗粉、三 温糖	牛乳、豚肉(ロース)、米み そ(淡色辛みそ)、油揚げ	りんご、もやし、はくさい、 たまねぎ、たけのこ、ピー マン、にんじん、さやえん どう、しょうが、切り干しだ いこん、干しいたけ	かつお・昆布だ し汁、酒、本み りん、しょうゆ、 めんつゆ・スト レート、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	344 kcal 14 g 14 g 183 mg
24 (火)	麦ごはん 鯖の味噌煮 小松菜と竹輪のお浸し 清汁(豆腐)	オレンジ	米、中ざら糖、押麦	ヨーグルト(無糖)、さば、 木綿豆腐、減塩みそ、ちく わ	オレンジ、こまつな、パナ ナ、パイン缶、もも缶(白 桃)、みかん缶、にんじ ん、生わかめ、にんにく、 しょうが、焼きのり	酒、しょうゆ、め んつゆ・スト レート、食塩、 昆布だし汁	ヨーグルト和え	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	305 kcal 16 g 10 g 133 mg
25 (水)	麦ごはん 鶏肉の五目煮 若布の酢の物 みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	キウイフルーツ	米、じゃがいも、板 こんにやく、押麦、 三温糖、なたね油	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 米みそ(淡色辛みそ)	キウイフルーツ、たまね ぎ、だいこん、にんじん、 きゅうり、みかん缶、いん げん、生わかめ、干しいた け	煮干しだし汁、 しょうゆ、酢、本 みりん、酒、め んつゆ・スト レート	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	310 kcal 12 g 9.4 g 177 mg
26 (木)	麦ごはん カップ納豆 スパゲッティサラダ 味噌汁(白菜玉葱)	みかん缶	米、マヨネーズ、サ ラダ用スパゲティ、 押麦、なたね油	牛乳、納豆、赤みそ、ツナ 油漬缶、いわし(煮干し)	みかん缶、はくさい、たま ねぎ、きゅうり、にんじん、 クリームコーン缶	めんつゆ・スト レート、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	354 kcal 15 g 14 g 218 mg
27 (金)	麦ごはん 鱈と野菜の蒸し焼 もやしの和え物 味噌汁(豆腐)	グレープフルーツ	米、押麦、なたね 油	牛乳、たら、木綿豆腐、パ ター、減塩みそ、かにかま ぼこ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、緑豆も やし、たまねぎ、しめじ、 きゅうり、にんじん、生わ かめ	めんつゆ・スト レート、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	403 kcal 19 g 20 g 232 mg
28 (土)	五目うどん オレンジ		干しうどん、米、な たね油	牛乳、油揚げ、なると	オレンジ、ほうれんそう、 にんじん	めんつゆ・3倍 濃縮、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	235 kcal 8.9 g 8 g 172 mg
30 (月)	麦ごはん 豚肉と大根の煮物 若布の酢の物 味噌汁(もやし)	もも缶	米、じゃがいも、押 麦、三温糖、なた ね油	牛乳、豚肉(ばら)、減塩み そ、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、だいこん、 緑豆もやし、はくさい、に んじん、きゅうり、いんげ ん、みかん缶、生わかめ	酢、しょうゆ、本 みりん、酒、め んつゆ・スト レート	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	382 kcal 13 g 15 g 201 mg
31 (火)	麦ごはん 鮭の味噌焼 ほうれん草と油揚げのお浸し 清汁(豆腐)	キウイフルーツ	米、押麦、なたね 油、三温糖	ヨーグルト(加糖)、さけ、 木綿豆腐、減塩みそ、油 揚げ、かつお節	キウイフルーツ、ほうれん そう、にんじん、しめじ、生 わかめ	酒、本みりん、 食塩、めんつ ゆ・3倍濃縮、 しょうゆ、昆布 だし汁	ヨーグルト おやつ (サンワールド)	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム	319 kcal 19 g 7 g 183 mg



入園、進級してから1ヶ月が経ち、
新しい生活に慣れてきた子供達。
少しずつ疲れが出てくることも考え
られます。感染対策を行い、ゆった
り楽しく食事ができるよう配慮して
いきたいと思いをします。



離乳食献立表

日	献立	材料名
2月	麦ごはん、肉だんご風煮、ブロッコリー煮、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、グレープフルーツ	米、押麦、／鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、めんつゆ・3倍濃縮、／ブロッコリー、にんじん、洋風だしの素、／じゃがいも、たまねぎ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／グレープフルーツ、
6金	麦ごはん、煮魚、小松菜煮、味噌汁(豆腐)、もも缶	米、押麦、／あこうだい、中ざら糖、しょうゆ、／こまつな、にんじん、めんつゆ・3倍濃縮、／木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／もも缶(白桃)、
7土	煮込みうどん、オレンジ	干しうどん、にんじん、ほうれんそう、豚肉(もも)、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、／オレンジ、
9月	麦ごはん、肉じゃが(豚肉)、三色おひたし、味噌汁(大根人参)、りんご	米、押麦、／豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、水、／ほうれんそう、にんじん、キャベツ、めんつゆ・ストレート、／だいこん、にんじん、豆みそ、いわし(煮干し)、／りんご、
10火	麦ごはん、鮭の味噌煮、ほうれん草のお浸し、豆腐すまし汁(わかめ)、バナナ	米、押麦、／さけ、減塩みそ、三温糖、／ほうれんそう、にんじん、めんつゆ・2倍濃縮、／木綿豆腐、生わかめ、かつお・昆布だし汁、食塩、酒、／バナナ、
11水	麦ごはん、豚肉と野菜の煮物、キャベツ煮、味噌汁(じゃが芋)、グレープフルーツ	米、押麦、／豚肉(ロース)、たまねぎ、ピーマン、しょうゆ、しょうゆ、三温糖、／にんじん、キャベツ、砂糖、めんつゆ・3倍濃縮、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
12木	麦ごはん、カップ納豆、グリーンマッシュ、味噌汁(白菜)、キウイフルーツ	米、押麦、／納豆、めんつゆ・ストレート、／じゃがいも、にんじん、ほうれんそう、かつお・昆布だし汁、／はくさい、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
13金	麦ごはん、鱈の味噌煮、白菜煮、清汁(玉葱)、みかん缶	米、押麦、／たら、減塩みそ、三温糖、／はくさい、にんじん、めんつゆ・3倍濃縮、／たまねぎ、えのきたけ、焼ふ、昆布だし汁、食塩、酒、／みかん缶、
14土	麦ごはん、肉じゃが(豚肉)、キャベツ煮、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、バナナ	米、押麦、／豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、水、／キャベツ、にんじん、水、めんつゆ・2倍濃縮、／じゃがいも、たまねぎ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／バナナ、
16月	麦ごはん、ふんわり煮、キャベツ煮、中華スープ(玉葱えのき)、もも缶	米、押麦、／木綿豆腐、豚ひき肉、めんつゆ・2倍濃縮、／緑豆もやし、にんじん、キャベツ、三温糖、めんつゆ・3倍濃縮、／たまねぎ、えのきたけ、ちくわぶ、水、中華だしの素、食塩、／もも缶(白桃)、
17火	麦ごはん、煮魚、ほうれん草のおひたし、味噌汁(豆腐)、グレープフルーツ	米、押麦、／あかうお、三温糖、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、めんつゆ・ストレート、／木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
18水	麦ごはん、肉だんご風煮、茶巾風、味噌汁(大根人参)、りんご	米、押麦、／豚ひき肉、たまねぎ、めんつゆ・2倍濃縮、／にんじん、じゃがいも、キャベツ、昆布だし汁、／だいこん、にんじん、豆みそ、いわし(煮干し)、／りんご、
19木	麦ごはん、スープ煮、旨煮、味噌汁(白菜玉葱)、キウイフルーツ	米、押麦、／だいこん、にんじん、豚ひき肉、洋風だしの素、／キャベツ、にんじん、めんつゆ・3倍濃縮、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、赤みそ、／キウイフルーツ、／牛乳、
20金	麦ごはん、鱈の煮魚、やわらか煮、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、オレンジ	米、押麦、／たら、しょうゆ、三温糖、／ブロッコリー、にんじん、めんつゆ・ストレート、／じゃがいも、たまねぎ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／オレンジ、
21土	スパゲティトマトソース、野菜スープ(キャベツ)、バナナ	スパゲティ、にんじん、たまねぎ、豚ひき肉、ケチャップ、食塩、／キャベツ、たまねぎ、水、洋風だしの素、食塩、／バナナ、
23月	麦ごはん、豚肉と野菜の煮物、グリーンマッシュ、みそ汁(もやし)、りんご	米、押麦、／豚肉(ロース)、たまねぎ、ピーマン、三温糖、しょうゆ、／じゃがいも、にんじん、こまつな、めんつゆ・ストレート、／もやし、はくさい、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／りんご、
24火	麦ごはん、さけの味噌煮、小松菜のお浸し、清汁(豆腐)、オレンジ	米、押麦、／さけ、減塩みそ、しょうゆ、三温糖、／こまつな、にんじん、めんつゆ・ストレート、／木綿豆腐、生わかめ、昆布だし汁、食塩、酒、／オレンジ、
25水	麦ごはん、五目風煮、キャベツ煮、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、キウイフルーツ	米、押麦、／鶏もも肉(皮付き)、にんじん、だいこん、しょうゆ、三温糖、／キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、／じゃがいも、たまねぎ、煮干だし汁、米みそ(淡色辛みそ)、／キウイフルーツ、
26木	麦ごはん、ひきわり納豆、旨煮、味噌汁(白菜玉葱)、みかん缶	米、押麦、／納豆、めんつゆ・ストレート、／だいこん、にんじん、めんつゆ・3倍濃縮、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、赤みそ、／みかん缶、
27金	麦ごはん、鱈と野菜のあんかけ、二色煮、味噌汁(豆腐)、グレープフルーツ	米、押麦、／たら、たまねぎ、にんじん、片栗粉、めんつゆ・3倍濃縮、／緑豆もやし、にんじん、かつお・昆布だし汁、／木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
28土	五目うどん、オレンジ	干しうどん、にんじん、油揚げ、なると、ほうれんそう、めんつゆ・3倍濃縮、／オレンジ、
30月	麦ごはん、豚肉と大根の煮物、やわらか煮、味噌汁(もやし)、もも缶	米、押麦、／豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、じゃがいも、いんげん、しょうゆ、酒、本みりん、／キャベツ、にんじん、三温糖、めんつゆ・ストレート、／はくさい、緑豆もやし、いわし(煮干し)、減塩みそ、／もも缶(白桃)、