

給食だより

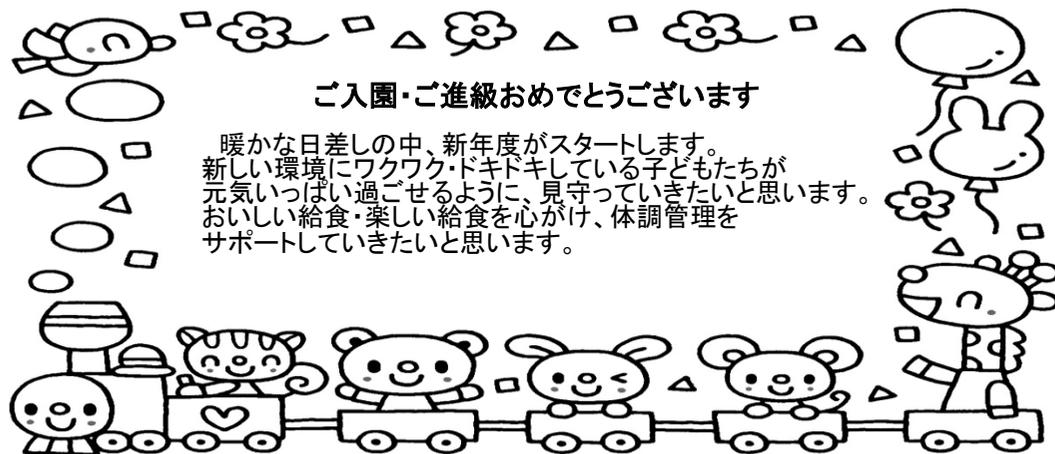
認定こども園 桜保育園

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		
1 (土)	五目うどん バナナ		干しうどん、米、なたね油	牛乳、油揚げ、なると	バナナ、ほうれんそう、にんじん	しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 299 kcal たんぱく質 9.9 g 脂質 8.2 g カルシウム 167 mg
3 (月)	麦ごはん 鶏のから揚げ 小松菜の磯和え 味噌汁	オレンジ	米、油、片栗粉、押麦、なたね油	牛乳、鶏もも肉、減塩みそ、ちくわ、いわし(煮干し)	オレンジ、だいこん、こまつな、にんじん、しめじ、刻みのり、しょうが、にんにく	しょうゆ、めんつゆ・ストレート、酒	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 430 kcal たんぱく質 22 g 脂質 16 g カルシウム 219 mg
4 (火)	麦ごはん 鱈の味噌焼 キャベツのソテー 清汁	りんご	米、サンドイッチパン、押麦、なたね油、三温糖	牛乳、たら、木綿豆腐、減塩みそ、ベーコン	りんご、たまねぎ、キャベツ、いちごジャム・低糖度、にんじん、生わかめ	食塩、本みりん、鳥がらだし汁、昆布だし汁	牛乳 ジャムサント	エネルギー 421 kcal たんぱく質 23 g 脂質 11 g カルシウム 199 mg
5 (水)	ふりかけご飯 ツナ入り厚焼卵 マカロニサラダ 野菜スープ	いちご	米、マヨドレ、マカロニ、三温糖、なたね油、押麦	卵、ツナ油漬缶、ハム	バナナ、いちご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン(冷凍)	食塩、しょうゆ、酒、鳥がらだし汁	麦茶・バナナ おやつ (サンワールド)	エネルギー 400 kcal たんぱく質 14 g 脂質 14 g カルシウム 60 mg
6 (木)	麦ごはん 和風ハンバーグ 大豆もやし煮 味噌汁	キウイフルーツ	米、じゃがいも、つきこん、片栗粉、押麦、なたね油	牛乳、木綿豆腐、かに水煮缶、卵、減塩みそ、さつま揚げ、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、大豆もやし、たまねぎ、にんじん、根みつば、干椎茸、絹さや	めんつゆ・ストレート、酒、本みりん、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 400 kcal たんぱく質 19 g 脂質 10 g カルシウム 261 mg
7 (金)	麦ごはん 煮魚 ほうれんそうのおひたし 味噌汁	グレープフルーツ	米、グラニュー糖、中ざら糖、押麦	牛乳、赤魚、クリームチーズ、生クリーム、卵、減塩みそ、バター、油揚げ、いわし(煮干し)、かつお節	グレープフルーツ、ほうれん草、緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、しめじ、レモン果汁	しょうゆ、めんつゆ・ストレート	牛乳 チーズケーキ	エネルギー 485 kcal たんぱく質 21 g 脂質 25 g カルシウム 236 mg
8 (土)	焼きそば 若布のスープ バナナ		焼きそばめん、米、なたね油	牛乳、豚肉(ばら)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、緑豆もやし、にんじん、ピーマン、生わかめ	洋風だしの素、濃厚ソース、食塩、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 275 kcal たんぱく質 8.8 g 脂質 10 g カルシウム 153 mg
10 (月)	麦ごはん 豚肉と大根の煮物 もやしの和え物 味噌汁	いよかん	米、じゃがいも、白玉粉、砂糖、押麦、片栗粉、三温糖	木綿豆腐、豚肉(ばら)、絹ごし豆腐、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	いよかん、だいこん、緑豆もやし、にんじん、きゅうり、いんげん、生わかめ	しょうゆ、本みりん、酒、めんつゆ・ストレート	麦茶 豆腐入り 白玉だんご	エネルギー 368 kcal たんぱく質 13 g 脂質 11 g カルシウム 108 mg
11 (火)	ゆかりご飯 鯖の竜田揚げ 切干大根煮 味噌汁	りんご	米、じゃがいも、なたね油、片栗粉、つきこん、押麦	ヨーグルト(低脂肪無糖)、さば、減塩みそ、油揚げ、いわし(煮干し)	りんご、もも缶、みかん缶、バナナ、たまねぎ、ほうれん草、にんじん、絹さや、しょうが、切干大根、干椎茸	めんつゆ・ストレート、しょうゆ、酒、本みりん	ヨーグルト和え (フルーツ)	エネルギー 441 kcal たんぱく質 17 g 脂質 16 g カルシウム 164 mg
12 (水)	麦ごはん 鶏の甘酢煮 小松菜の炒め物 味噌汁	グレープフルーツ	米、押麦、三温糖、なたね油	牛乳、鶏手羽元、減塩みそ、油揚げ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、こまつな、だいこん、しめじ、にんじん、しょうが、ねぎ、にんにく	本みりん、酢、しょうゆ、めんつゆ・ストレート、酒	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 467 kcal たんぱく質 20 g 脂質 14 g カルシウム 241 mg
13 (木)	麦ごはん ツナと豆腐のつくね煮 スパゲッティサラダ 味噌汁	キウイフルーツ	米、マヨドレ、サラダ用スパゲティ、押麦、片栗粉、なたね油	牛乳、木綿豆腐、かつお油漬缶、卵、減塩みそ、ハム、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、ピーマン、にんじん、コーン(冷凍)	しょうゆ、本みりん	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 480 kcal たんぱく質 19 g 脂質 20 g カルシウム 243 mg
14 (金)	麦ごはん 鮭の塩こうじ焼き アスパラのお浸し 清汁	もも缶	米、なたね油、押麦、米こうじ、黒ごま	牛乳、さけ、卵(錦糸卵)、花かつお	もも缶(白桃)、かぼちゃ、グリーンアスパラガス、緑豆もやし、たまねぎ、にんじん	昆布だし汁、みたらしのだれ、食塩	牛乳 大学かぼちゃ	エネルギー 490 kcal たんぱく質 23 g 脂質 18 g カルシウム 179 mg
15 (土)	ひじきご飯 味噌汁 オレンジ		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)	オレンジ、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 310 kcal たんぱく質 11 g 脂質 9.9 g カルシウム 202 mg
17 (月)	麦ごはん ぶりの揚げ漬 白菜の磯和え 味噌汁	グレープフルーツ	米、片栗粉、なたね油、三温糖、ごま油、押麦、ごま	牛乳、ぶり、木綿豆腐、減塩みそ、ちくわ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、はくさい、ねぎ、にんじん、生わかめ、しょうが、焼きのり、にんにく	酢、しょうゆ、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 554 kcal たんぱく質 21 g 脂質 26 g カルシウム 238 mg
18 (火)	麦ごはん 五目納豆 豚汁 りんご		米、じゃがいも、つきこん、押麦、なたね油	ジョア、木綿豆腐、納豆、豚肉(ばら)、卵(錦糸卵)、減塩みそ、かに風味	りんご、ほうれんそう、にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう	めんつゆ・ストレート、しょうゆ	ジョア おやつ (サンワールド)	エネルギー 403 kcal たんぱく質 13 g 脂質 11 g カルシウム 88 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		
19 (水)	ゆかりご飯 洋風厚焼卵 すき昆布煮 野菜スープ	オレンジ	米、三温糖、焼ふ、つきこん、押麦	牛乳、卵、鶏ひき肉、バター、さつま揚げ、大豆水煮缶、脱脂粉乳	オレンジ、玉葱、はくさい、ほうれん草、にんじん、絹さや、干椎茸、切干大根、刻みこんぶ	ケチャップ、酒、本みりん、食塩、めんつゆ・ストレート、鳥がらだし汁	牛乳 麩ラスク	エネルギー 476 kcal たんぱく質 20 g 脂質 19 g カルシウム 228 mg
20 (木)	麦ごはん カレーライス ゴマ酢和え 麦茶	もも缶	米、じゃがいも、押麦、三温糖、ごま、なたね油	牛乳、豚肉	もも缶(白桃)、たまねぎ、緑豆もやし、にんじん、キャベツ、グリーンピース(冷凍)、きゅうり	カレールウ、酢、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 498 kcal たんぱく質 14 g 脂質 23 g カルシウム 196 mg
21 (金)	麦ごはん 鯖の味噌煮 若布のサラダ 清汁	キウイフルーツ	米、小麦粉、砂糖、中ざら糖、押麦、焼ふ、三温糖、なたね油	牛乳、さば、卵、減塩みそ	キウイフルーツ、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、みかん缶、生わかめ、しょうが、にんにく	酢、しょうゆ、食塩、酒、めんつゆ・ストレート、昆布だし汁	牛乳 がんづき	エネルギー 479 kcal たんぱく質 19 g 脂質 14 g カルシウム 169 mg
22 (土)	スパゲティマトソース 野菜スープ オレンジ		スパゲティ、米、なたね油	牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ、バター	オレンジ、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、素、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 318 kcal たんぱく質 13 g 脂質 12 g カルシウム 179 mg
24 (月)	麦ごはん カップ納豆 大根のそぼろ煮 味噌汁	りんご	米、片栗粉、押麦、なたね油	牛乳、納豆、木綿豆腐、豚ひき肉、減塩みそ、いわし(煮干し)	りんご、だいこん、にんじん、いんげん、生わかめ	めんつゆ・ストレート、酒、しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 414 kcal たんぱく質 19 g 脂質 14 g カルシウム 234 mg
25 (火)	パン・ロールパン クリームシチュー ブロッコリーのおひたし 麦茶	グレープフルーツ	ロールパン、じゃがいも	鶏もも肉、油揚げ、かつお節	グレープフルーツ、ブロッコリー、にんじん、玉葱、大根、ねぎ、しめじ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)、ごぼう	しょうゆ、めんつゆ・ストレート	すいとん	エネルギー 409 kcal たんぱく質 21 g 脂質 12 g カルシウム 107 mg
26 (水)	麦ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 春雨サラダ 中華スープ	いよかん	米、グラニュー糖、押麦、ごま油、三温糖、はるさめ、焼ふ、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース)、バター、卵、卵(錦糸卵)、ハム	いよかん、たまねぎ、たけのこ(水煮缶)、ピーマン、えのき草、にんじん、きゅうり、しょうが	酢、しょうゆ、食塩、めんつゆ・ストレート、酒、中華スープ、本みりん	牛乳 パウンドケーキ	エネルギー 498 kcal たんぱく質 14 g 脂質 24 g カルシウム 174 mg
27 (木)	麦ごはん ハンバーグ ほうれん草の磯和え 味噌汁	バナナ	米、押麦、パン粉、なたね油	牛乳、豚ひき肉、減塩みそ、いわし(煮干し)、卵	バナナ、たまねぎ、ほうれん草、だいこん、緑豆もやし、にんじん、しめじ、刻みのり	ケチャップ、中濃ソース、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 473 kcal たんぱく質 21 g 脂質 17 g カルシウム 208 mg
28 (金)	麦ごはん エビフライ ひじきの煮物 味噌汁	キウイフルーツ	米、じゃがいも、なたね油、押麦	牛乳、ちくわ、減塩みそ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、たまねぎ、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 455 kcal たんぱく質 17 g 脂質 13 g カルシウム 223 mg



ご入園・ご進級おめでとうございます

暖かな日差しの中、新年度がスタートします。
新しい環境にワクワク・ドキドキしている子どもたちが
元気いっぱい過ごせるように、見守っていきたく思います。
おいしい給食・楽しい給食を心がけ、体調管理を
サポートしていきたく思います。



離乳食献立表



日	献立	材料名
1 土	煮込みうどん,バナナ	干しうどん、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、/バナナ、
3 月	おかゆ,鶏の煮物,小松菜の煮浸し,味噌汁,オレンジ	米、/鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、/こまつな、にんじん、しょうゆ、/だいこん、にんじん、減塩みそ、/オレンジ、
4 火	おかゆ,鱈の味噌煮,キャベツの煮付け,清汁風,りんご	米、/たら、減塩みそ、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、食塩、/りんご、
5 水	おかゆ,卵とじ煮,煮浸し,野菜スープ,みかん缶	米、/にんじん、たまねぎ、鶏ひき肉、しょうゆ、卵、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、たまねぎ、食塩、/みかん缶、
6 木	おかゆ,豆腐のふんわり煮,三色おひたし,味噌汁,キウイフルーツ	米、/木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、/じゃがいも、たまねぎ、減塩みそ、/キウイフルーツ、
7 金	おかゆ,煮魚,ほうれんそうのおひたし,味噌汁,グレープフルーツ	米、/あかうお、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/グレープフルーツ、
8 土	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,ほうれん草のお浸し,野菜スープ,みかん缶	米、/豚肉(ばら)、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、キャベツ、食塩、/バナナ、
10 月	おかゆ,豚肉と大根の煮物,茶巾風,味噌汁,いよかん	米、/豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、ほうれんそう、しょうゆ、/木綿豆腐、いわし(煮干し)、減塩みそ、/いよかん、
11 火	おかゆ,煮魚,大根煮,味噌汁,りんご	米、/さけ、しょうゆ、/だいこん、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、たまねぎ、ほうれんそう、いわし(煮干し)、減塩みそ、/りんご、
12 水	おかゆ,肉じゃが風,キャベツ煮,麦茶,グレープフルーツ	米、/豚肉(ばら)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、/麦茶(浸出液)、/グレープフルーツ、
13 木	おかゆ,二色納豆,豚汁風,キウイフルーツ	米、/納豆、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、/豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、じゃがいも、木綿豆腐、減塩みそ、/キウイフルーツ、
14 金	おかゆ,鮭の煮魚,野菜のやわらか煮,清汁風,もも缶	米、/さけ、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、にんじん、食塩、/もも缶(白桃)、
15 土	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,味噌汁,オレンジ	米、/豚肉(ばら)、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/オレンジ、
17 月	おかゆ,豆腐のふんわり煮,二色おひたし,味噌汁,グレープフルーツ	米、/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/グレープフルーツ、
18 火	おかゆ,煮魚,白菜の煮浸し,味噌汁,りんご	米、/たら、しょうゆ、/はくさい、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、小松菜、いわし(煮干し)、減塩みそ、/りんご、
19 水	おかゆ,卵とじ煮,大根煮,野菜スープ風,オレンジ	米、/にんじん、鶏ひき肉、卵、たまねぎ、しょうゆ、/だいこん、にんじん、しょうゆ、/はくさい、たまねぎ、ほうれんそう、食塩、/オレンジ、
20 木	おかゆ,鶏の煮物,ほうれん草の煮浸し,味噌汁,もも缶	米、/鶏肉、じゃがいも、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/もも缶(白桃)、
21 金	おかゆ,鮭の味噌煮,マッシュポテト,清汁風,キウイフルーツ	米、/さけ、減塩みそ、/じゃがいも、こまつな、しょうゆ、/たまねぎ、にんじん、食塩、/キウイフルーツ、
22 土	スープパスタ,野菜スープ風,オレンジ	スパゲティ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、/にんじん、キャベツ、食塩、/オレンジ、
24 月	おかゆ,ひきわり納豆,大根のそぼろ煮,味噌汁,りんご	米、/挽きわり納豆、しょうゆ、/豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、ほうれんそう、いわし(煮干し)、減塩みそ、/りんご、
25 火	おかゆ,肉じゃが風,ブロッコリーのやわらか煮,麦茶,グレープフルーツ	米、/鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、/ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、/麦茶(浸出液)、/グレープフルーツ、
26 水	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,煮浸し,野菜スープ風,いよかん	米、/豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、にんじん、食塩、/いよかん、
27 木	おかゆ,そぼろ煮,小松菜の煮物,味噌汁,バナナ	米、/豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、/こまつな、じゃがいも、しょうゆ、/だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/バナナ、
28 金	おかゆ,煮魚,やわらか煮,味噌汁,キウイフルーツ	米/たら、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/キウイフルーツ、