

給食だより

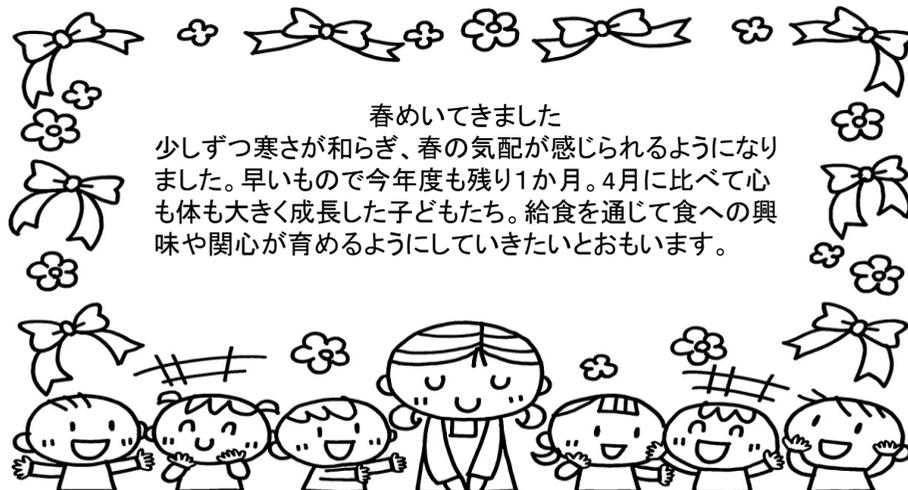
認定こども園 桜保育園

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 (金)	麦ごはん カップ納豆 ほうれんそうのおひたし 味噌汁	キウイフルーツ	米、押麦、なたね油	牛乳、納豆、木綿豆腐、減塩みそ、油揚げ、いわし(煮干し)、花かつお	キウイフルーツ、ほうれんそう、にんじん、しめじ、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 394 kcal たんぱく質 18 g 脂質 13 g カルシウム 280 mg
2 (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 322 kcal たんぱく質 12 g 脂質 11 g カルシウム 224 mg
4 (月)	麦ごはん 豚肉のピカタ スパゲッティサラダ 味噌汁	もも缶	米、マヨドレ、サラスパ、押麦、なたね油	牛乳、豚肉(ロース)、卵、減塩みそ、ツナ油漬缶、いわし(煮干し)、粉チーズ	もも缶(白桃)、緑豆もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)	しょうゆ	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 508 kcal たんぱく質 21 g 脂質 21 g カルシウム 226 mg
5 (火)	麦ごはん 鱈のムニエル すき昆布煮 味噌汁	オレンジ	米、小麦粉、砂糖、つきこん、押麦、なたね油	牛乳、たら、卵、減塩みそ、さつま揚げ、大豆水煮缶、バター、いわし(煮干し)	オレンジ、はくさい、にんじん、さやえんどう、切り干しだいこん、刻みこんぶ	酢、本みりん、酒、めんつゆ・ストレート	牛乳 がんづき	エネルギー 437 kcal たんぱく質 20 g 脂質 11 g カルシウム 246 mg
6 (水)	麦ごはん 鶏肉の五目煮 若布の酢の物 味噌汁	バナナ	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、減塩みそ、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、いんげん、みかん缶、生わかめ、干しいたけ	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 405 kcal たんぱく質 14 g 脂質 10 g カルシウム 217 mg
7 (木)	麦ごはん 炒り豆腐 小松菜の磯和え 味噌汁	グレープフルーツ	米、焼きそばめん、押麦、片栗粉、三温糖、なたね油、ごま油	木綿豆腐、鶏ひき肉、豚肉(ばら)、卵、減塩みそ、ちくわ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな、キャベツ、緑豆もやし、ねぎ、ピーマン、干しいたけ、ほしのり	濃厚ソース、しょうゆ、めんつゆ・ストレート	AM以上児牛乳/麦茶 焼きそば	エネルギー 478 kcal たんぱく質 23 g 脂質 18 g カルシウム 319 mg
8 (金)	麦ごはん ぶり大根 もやしの和え物 味噌汁	りんご	米、さといも、三温糖、押麦、なたね油	牛乳、ぶり、木綿豆腐、減塩みそ、かご風味、いわし(煮干し)	りんご、緑豆もやし、だいこん、きゅうり、にんじん、生わかめ、しょうが	しょうゆ、酒、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 432 kcal たんぱく質 21 g 脂質 16 g カルシウム 237 mg
9 (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 311 kcal たんぱく質 11 g 脂質 9 g カルシウム 189 mg
11 (月)	麦ごはん すき焼き風煮 ゴマ酢和え 味噌汁	オレンジ	米、サンドイッチパン、じゃがいも、しらたき、三温糖、押麦、ごま	牛乳、豚肉(ばら)、焼き豆腐、減塩みそ、いわし(煮干し)	オレンジ、緑豆もやし、はくさい、ねぎ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、いちごジャム、しめじ、きゅうり	しょうゆ、酢、酒、本みりん、めんつゆ・ストレート	牛乳 ジャムサンド	エネルギー 519 kcal たんぱく質 20 g 脂質 19 g カルシウム 293 mg
12 (火)	麦ごはん 鮭フライ ほうれん草の磯和え 味噌汁	もも缶	米、パン粉、なたね油、押麦	牛乳、さけ、卵、減塩みそ、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、ほうれんそう、はくさい、たまねぎ、緑豆もやし、にんじん、焼きのり	中濃ソース、ケチャップ、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 476 kcal たんぱく質 22 g 脂質 16 g カルシウム 231 mg
13 (水)	未)バターロール 以)麦ごはん クリームシチュー ブロッコリーのおひたし	麦茶 キウイフルーツ	じゃがいも、ロールパン、米、なたね油	牛乳、鶏もも肉、バター、花かつお	キウイフルーツ、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	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 426 kcal たんぱく質 19 g 脂質 15 g カルシウム 255 mg
14 (木)	ゆかりご飯 ツナ入り厚焼卵 ひじきの煮物 味噌汁	グレープフルーツ	米、じゃがいも、押麦、三温糖、なたね油	牛乳、卵、ツナ油漬缶、ちくわ、減塩みそ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう	めんつゆ・ストレート、酒、本みりん、しょうゆ、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 452 kcal たんぱく質 21 g 脂質 16 g カルシウム 244 mg
15 (金)	麦ごはん ハンバーグ 小松菜のナムル 野菜スープ	りんご	米、押麦、パン粉、なたね油、ごま、ごま油	牛乳、豚ひき肉、卵	たまねぎ、りんご、こまつな、緑豆もやし、キャベツ、にんじん	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、食塩、洋風だしの素	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 446 kcal たんぱく質 20 g 脂質 18 g カルシウム 250 mg
16 (土)	豚丼 味噌汁 オレンジ		米、しらたき、片栗粉、なたね油	牛乳、豚肉(ロース)、減塩みそ、いわし(煮干し)	オレンジ、はくさい、にんじん、たまねぎ	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 319 kcal たんぱく質 11 g 脂質 9.1 g カルシウム 208 mg
18 (月)	麦ごはん 五目納豆 けんちん汁 もも缶		米、押麦、ごま油	ヨーグルト(無糖)、納豆、木綿豆腐、卵(錦糸卵)、かご風味、油揚げ	もも缶(白桃)、バナナ、だいこん、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、ごぼう	かつおだし汁、めんつゆ・ストレート、しょうゆ、食塩	AM以上児牛乳 ヨーグルト和え (バナナ)	エネルギー 417 kcal たんぱく質 17 g 脂質 12 g カルシウム 276 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 (火)	ふりかけご飯(のりたま) キウイフルーツ かじきの味噌焼 キャベツのソテー 清汁		米、押麦、なたね油、五色麩、三温糖	牛乳、かじき、減塩みそ、ベーコン	キウイフルーツ、たまねぎ、キャベツ、えのきたけ、にんじん	食塩、本みりん、鳥がらだし汁、しょうゆ、昆布だし汁	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 398 kcal たんぱく質 18 g 脂質 13 g カルシウム 192 mg
20 (水)	春分の日							
21 (木)	麦ごはん 豚肉とピーマンの炒め物 もやしの和え物 味噌汁	りんご	米、押麦、ごま油、なたね油、片栗粉、三温糖	牛乳、木綿豆腐、豚肉(ロース)、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	りんご、緑豆もやし、たまねぎ、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、ピーマン、しょうが、生わかめ	しょうゆ、酒、本みりん、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 396 kcal たんぱく質 16 g 脂質 14 g カルシウム 235 mg
22 (金)	麦ごはん 煮魚 ブロッコリーのサラダ 味噌汁	オレンジ	米、ホットケーキ粉、さつまいも、砂糖、マヨドレ、中ざら糖、押麦	牛乳、あかうお、減塩みそ、卵(錦糸卵)、いわし(煮干し)	オレンジ、ブロッコリー、だいこん、にんじん、しめじ	しょうゆ	牛乳 さつまいも 蒸しパン	エネルギー 503 kcal たんぱく質 22 g 脂質 14 g カルシウム 285 mg
23 (土)	卒園式 ※在園児はお休みとなります							
25 (月)	麦ごはん 和風ミートローフ 若布の酢の物 味噌汁	みかん缶	米、じゃがいも、白玉粉、砂糖、三温糖、片栗粉、押麦	鶏ひき肉、絹ごし豆腐、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	みかん缶、ねぎ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、きゅうり、生わかめ	しょうゆ、酢、めんつゆ・ストレート	AM以上児牛乳/麦茶 豆腐入り 白玉だんご	エネルギー 460 kcal たんぱく質 19 g 脂質 12 g カルシウム 237 mg
26 (火)	麦ごはん エビフライ 切干大根煮 味噌汁	グレープフルーツ	米、なたね油、つきごん、押麦	牛乳、減塩みそ、油揚げ、いわし(煮干し)	グレープフルーツ、緑豆もやし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、切り干しだいこん、干しいたけ	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 471 kcal たんぱく質 18 g 脂質 15 g カルシウム 265 mg
27 (水)	麦ごはん カレーライス ゴマ酢和え 麦茶	りんご	米、じゃがいも、押麦、三温糖、ごま、なたね油	牛乳、豚肉(ばら)	りんご、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 521 kcal たんぱく質 15 g 脂質 24 g カルシウム 219 mg
28 (木)	麦ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜のおかか和え 味噌汁	キウイフルーツ	米、グラニュー糖、押麦	牛乳、豚肉(ロース)、クリームチーズ、生クリーム、卵、減塩みそ、バター、いわし(煮干し)、花かつお	キウイフルーツ、はくさい、緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、しょうが、レモン果汁	しょうゆ、酒、本みりん、めんつゆ・ストレート	牛乳 チーズケーキ	エネルギー 509 kcal たんぱく質 20 g 脂質 23 g カルシウム 254 mg
29 (金)	麦ごはん 鮭の南部焼き キャベツの彩りサラダ 味噌汁	バナナ	米、押麦、マヨドレ、なたね油、ごま	牛乳、さけ、減塩みそ、ハム、いわし(煮干し)	バナナ、だいこん、キャベツ、にんじん、黄ピーマン、きゅうり	しょうゆ、本みりん、酒	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 417 kcal たんぱく質 20 g 脂質 12 g カルシウム 229 mg
30 (土)	午前保育 お弁当 麦茶							





離乳食献立表



日	献立	材料名
1金	おかゆ,ひきわり納豆,ほうれん草のお浸し,味噌汁,グレープフルーツ	米、／挽きわり納豆、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、はくさい、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
2土	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,味噌汁,オレンジ	米、／豚肉、ブロッコリー、たまねぎ、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、
4月	おかゆ,そぼろ煮,さつまいもの煮物,味噌汁,もも缶	米、／豚ひき肉、ほうれんそう、しょうゆ、／さつまいも、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、／もも缶(白桃)、
5火	おかゆ,鱈の煮魚,キャベツ煮,味噌汁,オレンジ	米、／たら、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／はくさい、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、
6水	おかゆ,鶏肉と大根の煮物,白菜の煮浸し,味噌汁,バナナ	米、／鶏肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、／はくさい、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、／バナナ、
7木	おかゆ,ふんわり煮,小松菜のお浸し,味噌汁,グレープフルーツ	米、／鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
8金	おかゆ,鱈と野菜の煮物,グリーンマッシュ,味噌汁,りんご	米、／たら、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、キャベツ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、
9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、
11月	おかゆ,すき焼き風煮,小松菜の煮物,味噌汁,オレンジ	米、／豚肉、はくさい、にんじん、しょうゆ、／こまつな、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、
12火	おかゆ,鮭の煮魚,ほうれん草のお浸し,味噌汁,もも缶	米、／さけ、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、／はくさい、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／もも缶(白桃)、
13水	おかゆ,鶏肉と野菜の煮物,ブロッコリーの煮浸し,味噌汁,キウイフルーツ	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、／だいこん、にんじん、減塩みそ、／キウイフルーツ、
14木	おかゆ,じゃがいものおやき風,白菜のお浸し,味噌汁,グレープフルーツ	米、／豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、片栗粉、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
15金	おかゆ,ハンバーグ風,小松菜の煮浸し,野菜スープ風,りんご	米、／豚ひき肉、たまねぎ、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、食塩、／りんご、
16土	豚丼風,味噌汁,オレンジ	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／はくさい、にんじん、減塩みそ、いわし(煮干し)、／オレンジ、
18月	おかゆ,二色納豆,けんちん汁風,もも缶	米、／挽きわり納豆、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、／だいこん、にんじん、木綿豆腐、しょうゆ、／もも缶(白桃)、
19火	おかゆ,鱈の味噌煮,かぼちゃの茶巾風,清汁風,キウイフルーツ	米、／たら、減塩みそ、しょうゆ、／かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、ほうれんそう、食塩、／キウイフルーツ、
20水	春分の日	
21木	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,小松菜の煮物,味噌汁,りんご	米、／豚肉、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／りんご、
22金	おかゆ,煮魚,ブロッコリーの煮浸し,味噌汁,オレンジ	米、／あかうお、しょうゆ、／ブロッコリー、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、／オレンジ、
23土	卒園式 ※在園児はお休みとなります	
25月	おかゆ,鶏だんご,大根煮,味噌汁,みかん缶	米、／鶏ひき肉、こまつな、にんじん、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、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
26火	おかゆ,鱈の煮魚,ほうれん草のお浸し,味噌汁,グレープフルーツ	米、／たら、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、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
27水	おかゆ,肉じゃが風煮,キャベツの煮浸し,味噌汁,りんご	米、／豚肉、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、／こまつな、たまねぎ、減塩みそ、／りんご、
28木	おかゆ,豚肉の旨煮,白菜のお浸し,味噌汁,キウイフルーツ	米、／豚肉、たまねぎ、しょうゆ、／はくさい、にんじん、しょうゆ、／ほうれんそう、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
29金	おかゆ,鮭の煮物,キャベツ煮,味噌汁,オレンジ	米、／さけ、しょうゆ、／キャベツ、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、／オレンジ、
30土	煮込みうどん	干しうどん、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、