

# 給食だより

認定こども園 桜保育園

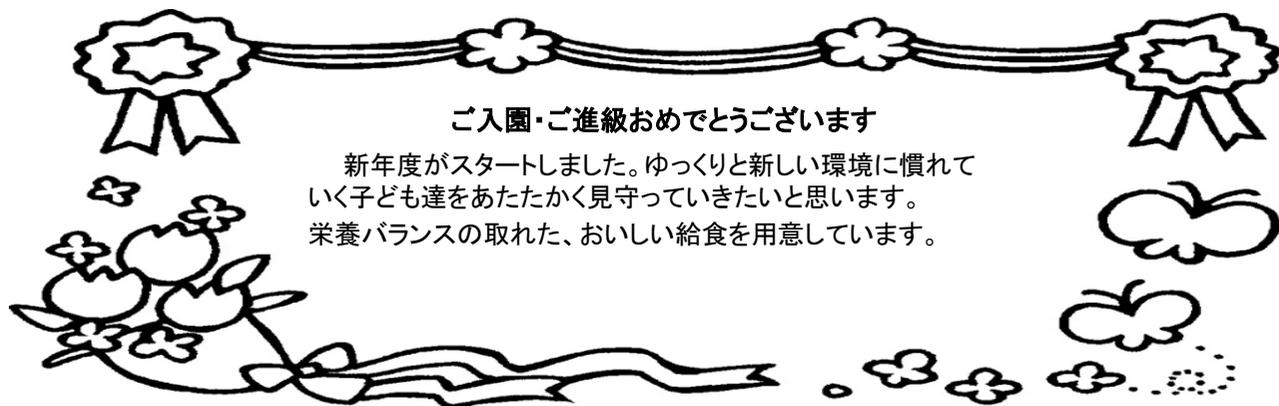
日	献立		主材料				おやつ	栄養価
	メニュー		強い力を作る	体を丈夫にする	病気から守ってくれる	味のお手伝い		
1 (月)	入園・進級式 菓子パン(持ち帰り)							
2 (火)	麦ご飯 鱈の味噌焼 ほうれんそうのおひたし 清汁	グレープフルーツ	グラニュー糖、なたね油、三温糖、米、押麦	牛乳、たら、木綿豆腐、バター、卵、油揚げ、減塩みそ、花かつお	グレープフルーツ、ほうれんそう、にんじん、しめじ、生わかめ	本みりん、食塩、めんつゆ・ストレート、昆布だし汁	牛乳 パウンドケーキ	エネルギー 360 kcal たんぱく質 18 g 脂質 22 g カルシウム 238 mg
3 (水)	麦ご飯 カレーライス ゴマ酢和え 麦茶	キウイフルーツ	じゃがいも、米、三温糖、ごま、なたね油、押麦	牛乳、豚肉(ばら)	キウイフルーツ、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 401 kcal たんぱく質 13 g 脂質 23 g カルシウム 228 mg
4 (木)	麦ご飯 麻婆豆腐風 春雨サラダ 中華スープ	デコポン	サンドイッチパン、三温糖、片栗粉、はるさめ、五色麩、ごま油、押麦、米	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵(錦糸卵)、減塩みそ、ハム	デコポン、たまねぎ、にんじん、いちごジャム、えのき茸、ピーマン、ねぎ、きゅうり、干椎茸、しょうが、にんにく	酒、酢、しょうゆ、食塩、めんつゆ・ストレート、中華スープ	牛乳 ジャムサンド	エネルギー 395 kcal たんぱく質 20 g 脂質 17 g カルシウム 244 mg
5 (金)	ふりかけごはん(本かつお) もも缶 煮魚 アスパラサラダ 味噌汁		米、マヨドレ、中ざら糖、なたね油、押麦	牛乳、あかうお、減塩みそ、卵(錦糸卵)、いわし(煮干し)	バナナ、もも缶(白桃)、グリーンアスパラガス、だいごん、にんじん、しめじ	しょうゆ	牛乳・バナナ おやつ (サンワールド)	エネルギー 348 kcal たんぱく質 17 g 脂質 13 g カルシウム 221 mg
6 (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
8 (月)	麦ご飯 豚肉と大根の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁	りんご	じゃがいも、三温糖、米、押麦	木綿豆腐、豚肉(ばら)、減塩みそ、卵(錦糸卵)、ハム、いわし(煮干し)、ヨーグルト	りんご、だいごん、もも缶(白桃)、みかん缶、バナナ、にんじん、ほうれん草、いんげん、コーン(冷凍)、生わかめ	酢、しょうゆ、本みりん、酒、めんつゆ・ストレート	以上児牛乳 ヨーグルト和え (フルーツ)	エネルギー 233 kcal たんぱく質 8.6 g 脂質 9.1 g カルシウム 242 mg
9 (火)	ふりかけご飯(のりたま) グレープフルーツ 鮭の塩こうじ焼き 小松菜の炒め物 清汁	グレープフルーツ	米、花麩、米こうじ、なたね油、押麦	牛乳、さけ、油揚げ	グレープフルーツ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、しめじ、にんじん	めんつゆ・ストレート、食塩、本みりん、酒、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 240 kcal たんぱく質 17 g 脂質 9.8 g カルシウム 226 mg
10 (水)	麦ご飯 チキンピカタ ブロッコリーのおひたし 野菜スープ	デコポン	米、グラニュー糖、小麦粉、なたね油、押麦	牛乳、鶏もも肉(皮付き)、クリームチーズ、卵、生クリーム、バター、粉チーズ、花かつお	デコポン、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、緑豆もやし、にんじん、レモン果汁	食塩、めんつゆ・ストレート、しょうゆ、鳥がらだし汁	牛乳 チーズケーキ	エネルギー 485 kcal たんぱく質 22 g 脂質 33 g カルシウム 230 mg
11 (木)	麦ご飯 カップ納豆 大根のそぼろ煮 味噌汁	もも缶	じゃがいも、米、片栗粉、なたね油、押麦	牛乳、納豆、豚ひき肉、減塩みそ、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、だいごん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、いんげん	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 323 kcal たんぱく質 16 g 脂質 13 g カルシウム 238 mg
12 (金)	麦ご飯 鯖の竜田揚げ もやしの和え物 味噌汁	キウイフルーツ	じゃがいも、米、なたね油、片栗粉、押麦	牛乳、さば、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、緑豆もやし、たまねぎ、きゅうり、しょうが	しょうゆ、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 336 kcal たんぱく質 17 g 脂質 19 g カルシウム 220 mg
13 (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) 以上児牛乳	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
15 (月)	ゆかりご飯 洋風厚焼卵 ひじきの煮物 味噌汁	グレープフルーツ	なたね油、三温糖、黒ごま、米、押麦	牛乳、卵、鶏ひき肉、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、かぼちゃ、たまねぎ、緑豆もやし、にんじん、さやえんどう、干しいたけ	みたらしのたれ、ケチャップ、めんつゆ・ストレート、酒、本みりん、食塩	ジュース・おやつ 大学かぼちゃ (サンワールド)	エネルギー 381 kcal たんぱく質 19 g 脂質 20 g カルシウム 266 mg
16 (火)	麦ご飯 鯖の味噌煮 ほうれん草の磯和え 清汁	バナナ	米、中ざら糖、花麩、なたね油、押麦	さば、減塩みそ	オレンジジュース、バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、緑豆もやし、えのき茸、にんじん、しょうが、にんにく、刻みのり	しょうゆ、食塩、酒、めんつゆ・ストレート、昆布だし汁	牛乳 大学かぼちゃ	エネルギー 374 kcal たんぱく質 17 g 脂質 14 g カルシウム 190 mg
17 (水)	麦ご飯 豆腐のまさご揚げ 若布の酢の物 味噌汁	りんご	米、なたね油、片栗粉、三温糖、押麦	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、しばえび、減塩みそ、卵、かに風味、しらす干し、いわし(煮干し)	りんご、緑豆もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、生わかめ	酢、しょうゆ、めんつゆ・ストレート、酒、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 307 kcal たんぱく質 17 g 脂質 16 g カルシウム 264 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		
18 (木)	バターロール クリームシチュー ブロッコリーのおひたし 麦茶	もも缶	じゃがいも、米、なたね油、バターロール	牛乳、鶏もも肉、花かつお	もも缶(白桃)、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 318 kcal たんぱく質 14 g 脂質 11 g カルシウム 200 mg
19 (金)	ふりかけご飯(のりたま) 鱈と野菜の蒸し焼 もやしの和え物 味噌汁	キウイフルーツ	グラニュー糖、米、押麦	牛乳、たら、木綿豆腐、卵、バター、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、緑豆もやし、たまねぎ、にんじん、しめじ、きゅうり、生わかめ	めんつゆ・ストレート	牛乳 キャロットケーキ	エネルギー 327 kcal たんぱく質 19 g 脂質 16 g カルシウム 281 mg
20 (土)	豚丼 味噌汁 オレンジ		米、じゃがいも、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、たまねぎ、にんじん	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 318 kcal たんぱく質 11 g 脂質 8.4 g カルシウム 192 mg
22 (月)	麦ご飯 かじきのゴマフライ 若布のサラダ 味噌汁	りんご	パン粉、米、なたね油、三温糖、ごま、押麦	牛乳、かじき、卵、減塩みそ、いわし(煮干し)	りんご、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、みかん缶、生わかめ	酢、しょうゆ、本みりん、めんつゆ・ストレート	以上児牛乳 ジョア・おやつ (サンワールド)	エネルギー 337 kcal たんぱく質 18 g 脂質 17 g カルシウム 227 mg
23 (火)	麦ご飯 ハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁	いちご	じゃがいも、マヨレシ、マカロニ、パン粉、米、押麦	豚ひき肉、カルピス、減塩みそ、牛乳、ハム、いわし(煮干し)、卵	いちご、たまねぎ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)	ケチャップ、中濃ソース	カルピス ショートケーキ	エネルギー 425 kcal たんぱく質 18 g 脂質 20 g カルシウム 95 mg
24 (水)	ゆかりご飯 ツナ入り厚焼卵 切干大根煮 野菜スープ	グレープフルーツ	米、つきこん、三温糖、なたね油、押麦	牛乳、卵、ツナ油漬缶、油揚げ	グレープフルーツ、緑豆もやし、にんじん、たまねぎ、キャベツ、絹さや、切干だいこん、干椎茸	めんつゆ・ストレート、ケチャップ、酒、本みりん、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 307 kcal たんぱく質 17 g 脂質 16 g カルシウム 225 mg
25 (木)	麦ご飯 五目納豆 豚汁 みかん缶		じゃがいも、焼ふ、三温糖、つきこん、米、押麦	牛乳、木綿豆腐、納豆、豚肉(ばら)、卵(錦糸卵)、バター、減塩みそ、かに風味	みかん缶、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	牛乳 麩ラスク	エネルギー 342 kcal たんぱく質 16 g 脂質 21 g カルシウム 224 mg
26 (金)	麦ご飯 鮭のマヨネーズ焼 ひじきの煮物 味噌汁	オレンジ	マヨレシ、米、なたね油、押麦	牛乳、さけ、ちくわ、減塩みそ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)	オレンジ、はくさい、緑豆もやし、にんじん、たまねぎ、絹さや	めんつゆ・ストレート、本みりん、酒、しょうゆ、パセリ粉	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 310 kcal たんぱく質 19 g 脂質 17 g カルシウム 227 mg
27 (土)	スパゲッティマトソース 野菜スープ バナナ		スパゲティ、米、なたね油	牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ、バター	デコボン、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、緑豆もやし、にんじん、レモン果汁	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 356 kcal たんぱく質 13 g 脂質 12 g カルシウム 174 mg
29 (月)	昭和の日							
30 (火)	お弁当の日 味噌汁 みかん缶		さつまいも、砂糖、マシュマロ	牛乳、木綿豆腐、減塩みそ、いわし(煮干し)	みかん缶、生わかめ		牛乳 さつまいもの マシュマロ焼き	エネルギー 214 kcal たんぱく質 8.9 g 脂質 7.4 g カルシウム 239 mg

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。  
 ※栄養価はご飯のカロリーは含まれておりません。



令和6年4月



# 離乳食献立表



認定こども園桜保育園

日	献立	材料名
1月	菓子パン(持ち帰り)	菓子パン
2火	おかゆ, 鱈の味噌煮, ほうれんそうのおひたし, 清汁風, グレープフルーツ	米、/たら、減塩みそ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、キャベツ、食塩、/グレープフルーツ、
3水	おかゆ, 肉じゃが, キャベツの煮物, 味噌汁, キウイフルーツ	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、/ほうれんそう、たまねぎ、減塩みそ、/キウイフルーツ、
4木	おかゆ, 豆腐のふんわり煮, 小松菜の煮物, 野菜スープ風、デコボン	米、/木綿豆腐、にんじん、豚ひき肉、しょうゆ、/こまつな、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、キャベツ、食塩、/デコボン
5金	おかゆ, 煮魚, キャベツ煮, 味噌汁, もも缶	米、/あかうお、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、/もも缶(白桃)、
6土	おかゆ, 豚肉と野菜の煮物, ほうれんそうのおひたし, 味噌汁, オレンジ	米、/豚肉、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、/ほうれんそう、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、
8月	おかゆ, 豚肉と大根の煮物, お浸し, 味噌汁, りんご	米、/豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、/キャベツ、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、/りんご、
9火	おかゆ, 鮭の煮物, 小松菜の煮浸し, 清汁風, グレープフルーツ	米、/さけ、しょうゆ、/こまつな、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、キャベツ、食塩、/グレープフルーツ、
10水	おかゆ, 鶏肉の煮物, ブロッコリーのおひたし, 野菜スープ風, デコボン	米、/鶏肉、じゃがいも、しょうゆ、/ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、/はくさい、たまねぎ、食塩、/デコボン、
11木	おかゆ, ひきわり納豆, 大根のそぼろ煮, 味噌汁, もも缶	米、/ひきわり納豆、しょうゆ、/豚ひき肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、/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、/もも缶(白桃)、
12金	おかゆ, 鱈の煮魚, ほうれんそうの煮浸し, 味噌汁, キウイフルーツ	米、/たら、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/キウイフルーツ、
13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、
15月	おかゆ, そぼろ煮, キャベツの煮浸し, 味噌汁, グレープフルーツ	米、/にんじん、鶏ひき肉、じゃがいも、しょうゆ、/キャベツ、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、
16火	おかゆ, 鮭の味噌煮, ほうれん草のお浸し, 清汁風, バナナ	米、/さけ、減塩みそ、/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、
17水	おかゆ, 豆腐のふんわり煮, ブロッコリーの煮浸し, 味噌汁, りんご	米、/木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、しょうゆ、/ブロッコリー、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、/りんご、
18木	おかゆ, 鶏肉と野菜の煮物、小松菜のおひたし, 味噌汁, もも缶	米、/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、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、/もも缶(白桃)、
19金	おかゆ, 鱈と野菜の煮物, ほうれんそうの煮浸し, 味噌汁, キウイフルーツ	米、/たら、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、キャベツ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/キウイフルーツ、
20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、/じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、/オレンジ、
22月	おかゆ, 鱈の煮魚, 茶巾風, 味噌汁, りんご	米、/たら、しょうゆ、/じゃがいも、こまつな、しょうゆ、/キャベツ、たまねぎ、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/りんご、
23火	おかゆ, ハンバーグ風, 大根煮, 味噌汁, いちご	米、/豚ひき肉、たまねぎ、しょうゆ、/だいこん、にんじん、しょうゆ、/じゃがいも、ほうれんそう、いわし(煮干し)、減塩みそ、/いちご、
24水	おかゆ, じゃが芋の煮物, ほうれんそうのおひたし, 野菜スープ風, グレープフルーツ	米、/にんじん、たまねぎ、じゃがいも、豚肉、しょうゆ、/ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、食塩、/グレープフルーツ、
25木	おかゆ, 二色納豆, 豚汁風, みかん缶	米、/ひきわり納豆、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、/豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、木綿豆腐、減塩みそ、/みかん缶、
26金	おかゆ, 鮭の煮魚, ブロッコリーの煮物, 味噌汁, オレンジ	米、/さけ、しょうゆ、/ブロッコリー、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、/オレンジ、
27土	スープパスタ, 野菜スープ風, バナナ	スパゲティ、にんじん、たまねぎ、豚ひき肉、しょうゆ、/たまねぎ、キャベツ、食塩、/バナナ、
30火	おかゆ, 鱈の煮物, 小松菜のお浸し, 味噌汁, みかん缶	米、/たら、しょうゆ、/こまつな、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、/みかん缶、

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。