

# 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 (水)	麦ご飯 鶏の甘酢煮 キャベツのソテー 味噌汁	バナナ	米、三温糖、なたね油、押麦	牛乳、鶏手羽元、減塩みそ、ベーコン、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、緑豆もやし、キャベツ、にんじん、しょうが、ねぎ、にんにく	本みりん、酢、しょうゆ、鳥がらだし汁、食塩	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 15 g カルシウム 219 mg
2 (木)	麦ご飯 豚肉の柳川風 若布の酢の物 味噌汁	キウイフルーツ	米、三温糖、なたね油、押麦	牛乳、卵、豚肉(ばら)、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、きゅうり、ごぼう、生わかめ	酢、めんつゆ・ストレート、しょうゆ、本みりん	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 287 kcal たんぱく質 13 g 脂質 15 g カルシウム 239 mg
3 (金)	憲法記念日							
4 (土)	みどりの日							
6 (月)	こどもの日の振替休日							
7 (火)	麦ご飯 鱈のムニエル 切干大根煮 味噌汁	デコボン	米、つきこん、なたね油、押麦	牛乳、たら、減塩みそ、油揚げ、バター、いわし(煮干し)	デコボン、はくさい、緑豆もやし、にんじん、さやえんどう、切り干しだいこん、干しいたけ	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 245 kcal たんぱく質 16 g 脂質 11 g カルシウム 242 mg
8 (水)	麦ご飯 味付け肉だんご 小松菜の磯和え 味噌汁	グレープフルーツ	なたね油、上新粉、じゃがいも、砂糖、米、押麦	牛乳、卵、絹ごし豆腐、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、こまつな、にんじん、ほしのり	めんつゆ・ストレート	牛乳 米粉のドーナツ	エネルギー 382 kcal たんぱく質 17 g 脂質 18 g カルシウム 242 mg
9 (木)	麦ご飯 麻婆豆腐風 春雨サラダ 中華スープ	バナナ	米、三温糖、片栗粉、はるさめ、五色麩、なたね油、ごま油、押麦	木綿豆腐、豚ひき肉、卵(錦糸卵)、減塩みそ、ハム	オレンジ天然果汁、バナナ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ピーマン、ねぎ、きゅうり、干しいたけ、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	AM以上児 牛乳 ジュース・おやつ (サンワールド)	エネルギー 428 kcal たんぱく質 19 g 脂質 17 g カルシウム 243 mg
10 (金)	麦ご飯 ぶりの揚げ漬 もやしの和え物 味噌汁	もも缶	片栗粉、なたね油、三温糖、ごま油、砂糖、ごま、米、押麦	牛乳、ぶり、卵、減塩みそ、クリームチーズ、かに風味、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、緑豆もやし、だいこん、きゅうり、ねぎ、にんじん、しめじ、しょうが、にんにく	酢、しょうゆ、めんつゆ・ストレート	牛乳 チーズ蒸しパン	エネルギー 454 kcal たんぱく質 18 g 脂質 27 g カルシウム 248 mg
11 (土)	ひじきご飯 カップ納豆 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、ひじき	しょうゆ、酒、食塩	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 357 kcal たんぱく質 12 g 脂質 11 g カルシウム 217 mg
13 (月)	麦ご飯 松風焼き ブロッコリーのおひたし 味噌汁	オレンジ	米、パン粉、なたね油、三温糖、ごま、押麦	牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、卵、減塩みそ、いわし(煮干し)、花かつお	オレンジ、ブロッコリー、ねぎ、たまねぎ、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 316 kcal たんぱく質 21 g 脂質 16 g カルシウム 259 mg
14 (火)	麦ご飯 鮭のマネース焼 すき昆布煮 味噌汁	キウイフルーツ	マヨドレ、つきこん、米、押麦	さけ、減塩みそ、さつま揚げ、大豆水煮缶、いわし(煮干し)、ヨーグルト(無糖)	キウイフルーツ、もも缶(白桃)、みかん缶、バナナ、たまねぎ、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	本みりん、酒、めんつゆ・ストレート、パセリ粉	AM以上児 牛乳 ヨーグルト和え (フルーツ)	エネルギー 321 kcal たんぱく質 18 g 脂質 16 g カルシウム 240 mg
15 (水)	麦ご飯 カップ納豆 大根のそぼろ煮 味噌汁	グレープフルーツ	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)	グレープフルーツ、だいこん、緑豆もやし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、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 303 kcal たんぱく質 17 g 脂質 14 g カルシウム 249 mg
16 (木)	麦ご飯 タンドリーチキン ひじきのサラダ 味噌汁	甘夏	米、なたね油、押麦、三温糖	牛乳、鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、減塩みそ、ハム、いわし(煮干し)、卵(錦糸卵)	甘夏、だいこん、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、コーン(冷凍)、にんにく、ひじき	しょうゆ、カレー粉、食塩、酢、めんつゆ・ストレート	牛乳 大学かぼちゃ	エネルギー 281 kcal たんぱく質 16 g 脂質 14 g カルシウム 230 mg
17 (金)	麦ご飯 鯖の味噌煮 小松菜の五目和え 清汁	バナナ	米、中ざら糖、しらたき、ごま、三温糖、なたね油、押麦	牛乳、さば、木綿豆腐、減塩みそ、油揚げ	バナナ、こまつな、しめじ、にんじん、生わかめ、しょうが、にんにく	しょうゆ、酒、本みりん、食塩、昆布だし汁	牛乳 おやつ (サンワールド)	エネルギー 358 kcal たんぱく質 18 g 脂質 17 g カルシウム 244 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 (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、だいこん、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 323 kcal たんぱく質 12 g 脂質 9.2 g カルシウム 217 mg
20 (月)	麦ご飯 ハンバーグ キャベツの彩りサラダ 野菜スープ	キウイフルーツ	小麦粉、砂糖、パン粉、マヨネーズ、なたね油、米、押麦	牛乳、豚ひき肉、卵、ハム	キウイフルーツ、たまねぎ、緑豆もやし、キャベツ、黄ピーマン、きゅうり、にんじん	酢、ケチャップ、中濃ソース、食塩、洋風だし	牛乳 がんづき	エネルギー 401 kcal たんぱく質 19 g 脂質 19 g カルシウム 203 mg
21 (火)	麦ご飯 白身魚のゆかり揚げ ひじきの煮物 味噌汁	グレープフルーツ	てんぷら粉、米、なたね油、押麦	乳酸菌飲料(非乳製品)、たら、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、はくさい、にんじん、さやえんどう、ひじき	めんつゆ・ストレート、本みりん、酒、しょうゆ	AM以上児 牛乳 ジョア・おやつ (サンワールド)	エネルギー 346 kcal たんぱく質 17 g 脂質 13 g カルシウム 252 mg
22 (水)	麦ご飯 鶏肉の五目煮 白菜のおかか和え 味噌汁	オレンジ	米、板こんにゃく、なたね油、押麦	牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、減塩みそ、いわし(煮干し)、かつお節	オレンジ、はくさい、だいこん、にんじん、いんげん、生わかめ、干しいたけ	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 242 kcal たんぱく質 14 g 脂質 11 g カルシウム 252 mg
23 (木)	麦ご飯 カレーライス ゴマ酢和え 麦茶	もも缶	じゃがいも、米、三温糖、ごま、なたね油、押麦	牛乳、豚肉(ばら)、バター	もも缶(白桃)、たまねぎ、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 424 kcal たんぱく質 13 g 脂質 24 g カルシウム 218 mg
24 (金)	麦ご飯 かじきの味噌焼 アスパラサラダ 清汁	みかん缶	サンドイッチパン、マヨドレ、花麩、なたね油、三温糖、米、押麦	牛乳、かじき、卵(錦糸卵)、減塩みそ	みかん缶、グリーンアスパラガス、たまねぎ、いちごジャム・低糖度、えのきたけ、にんじん	本みりん、食塩、昆布だし汁	牛乳 ジャムサンド	エネルギー 337 kcal たんぱく質 18 g 脂質 16 g カルシウム 180 mg
25 (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
27 (月)	麦ご飯 豚肉とピーマンの炒め物 もやしの和え物 味噌汁	甘夏	米、ごま油、なたね油、片栗粉、三温糖、押麦	牛乳、豚肉(ロース)、減塩みそ、かに風味、いわし(煮干し)	甘夏、緑豆もやし、たまねぎ、たけのこ(水煮)、だいこん、きゅうり、ピーマン、にんじん、しょうが	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 260 kcal たんぱく質 13 g 脂質 13 g カルシウム 221 mg
28 (火)	麦ご飯 煮魚 スパゲッティサラダ 味噌汁	キウイフルーツ	白玉粉、砂糖、マヨドレ、サラスパ、中ざら糖、片栗粉、米、押麦	あかうお、絹ごし豆腐、減塩みそ、ツナ油漬缶、いわし(煮干し)	もも缶(白桃)、緑豆もやし、だいこん、きゅうり、ねぎ、にんじん、しめじ、しょうが、にんにく	しょうゆ	AM以上児 牛乳 麦茶・豆腐入り 白玉だんご	エネルギー 332 kcal たんぱく質 18 g 脂質 12 g カルシウム 240 mg
29 (水)	麦ご飯 炒り豆腐 若布のサラダ 味噌汁	バナナ	米、三温糖、なたね油、片栗粉、ごま油、押麦	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、減塩みそ、いわし(煮干し)	バナナ、はくさい、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ねぎ、みかん缶、生わかめ、干しいたけ	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 332 kcal たんぱく質 18 g 脂質 15 g カルシウム 275 mg
30 (木)	麦ご飯 五目納豆 豚汁 グレープフルーツ		じゃがいも、つきこん、なたね油、ホットケーキ粉、黒砂糖、米、押麦	牛乳、木綿豆腐、納豆、豚肉(ばら)、卵(錦糸卵)、減塩みそ、かに風味、卵、おから	グレープフルーツ、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 おから蒸しパン	エネルギー 285 kcal たんぱく質 15 g 脂質 17 g カルシウム 247 mg
31 (金)	麦ご飯 エビフライ ほうれんそうのおひたし 味噌汁	オレンジ	じゃがいも、米、なたね油、押麦	牛乳、減塩みそ、油揚げ、いわし(煮干し)、花かつお	オレンジ、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、しめじ	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 329 kcal たんぱく質 16 g 脂質 15 g カルシウム 254 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。

※栄養価にはご飯のカロリーは含まれておりません。



✿ ○ ✿ ○ ✿

清々しい季節です

入園・進級して1カ月が経ちました。新緑の中で元気に遊び、みんなで一緒に給食を味わい、少しずつ新しい環境に慣れてきた子どもたち。疲れがでてる季節でもあるので、ゆったり食事を楽しめるように配慮していきたいとおもいます。

✿ ○ ✿ ○ ✿





# 離乳食献立表



日	献立	材料名
1水	おかゆ、鶏肉の煮物、キャベツ煮、味噌汁、バナナ	米、/鶏肉、たまねぎ、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、いわし(煮干し)、減塩みそ、/バナナ、
2木	おかゆ、豚肉と野菜の煮物、マッシュポテト風、味噌汁、キウイフルーツ	米、/豚肉、たまねぎ、ほうれんそう、しょうゆ、/じゃがいも、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、/キウイフルーツ、
3金	憲法記念日	
4土	みどりの日	
6月	こどもの日の振替休日	
7火	おかゆ、鱈の煮魚、ブロッコリーの煮物、味噌汁、デコボン	米、/たら、しょうゆ、/ブロッコリー、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、/デコボン、
8水	おかゆ、肉だご風、小松菜の煮浸し、味噌汁、グレープフルーツ	米、/豚ひき肉、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、/グレープフルーツ、
9木	おかゆ、豆腐のふんわり煮、白菜のお浸し、野菜スープ風、バナナ	米、/木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、しょうゆ、/はくさい、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、ほうれんそう、食塩、/バナナ、
10金	おかゆ、鮭の煮魚、さつまいもの煮物、味噌汁、もも缶	米、/さけ、しょうゆ、/さつまいも、ほうれんそう、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)、
11土	おかゆ、豚肉と野菜の煮物、味噌汁、バナナ	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、/バナナ、
13月	おかゆ、そぼろ煮、ブロッコリーの煮物、味噌汁、オレンジ	米、/鶏ひき肉、たまねぎ、しょうゆ、/ブロッコリー、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、/オレンジ、
14火	おかゆ、鮭と野菜の煮物、小松菜の煮浸し、味噌汁、キウイフルーツ	米、/さけ、たまねぎ、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、/キウイフルーツ、
15水	おかゆ、ひきわり納豆、大根のそぼろ煮、味噌汁、グレープフルーツ	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、/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、
16木	おかゆ、鶏肉の煮物、茶巾風、味噌汁、甘夏	米、/鶏肉、たまねぎ、しょうゆ、/かぼちゃ、ほうれんそう、しょうゆ、/だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/甘夏、
17金	おかゆ、鱈の味噌煮、小松菜の煮物、清汁風、バナナ	米、/たら、減塩みそ、しょうゆ、/こまつな、にんじん、しょうゆ、/木綿豆腐、ほうれんそう、食塩、/バナナ、
18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、/だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/オレンジ、
20月	おかゆ、ハンバーグ風、キャベツ煮、野菜スープ風、キウイフルーツ	米、/豚ひき肉、たまねぎ、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、/キウイフルーツ、
21火	おかゆ、鱈の煮物、グリーンマッシュ、味噌汁、グレープフルーツ	米、/たら、しょうゆ、/じゃがいも、ほうれんそう、しょうゆ、/はくさい、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/グレープフルーツ、
22水	おかゆ、鶏肉と野菜の煮物、白菜のお浸し、味噌汁、オレンジ	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、/木綿豆腐、こまつな、いわし(煮干し)、減塩みそ、/オレンジ、
23木	おかゆ、肉じゃが風煮、キャベツの煮物、味噌汁、もも缶	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、/だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/もも缶(白桃)、
24金	おかゆ、鮭の味噌煮、ブロッコリーの煮浸し、清汁風、みかん缶	米、/さけ、減塩みそ、しょうゆ、/ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、/たまねぎ、はくさい、食塩、/みかん缶、
25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、
27月	おかゆ、豚肉と玉葱の煮物、ブロッコリーの煮浸し、味噌汁、甘夏	米、/豚肉、たまねぎ、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、/甘夏、
28火	おかゆ、煮魚、さつまいもの煮物、味噌汁、キウイフルーツ	米、/あかうお、しょうゆ、/さつまいも、ほうれんそう、しょうゆ、/キャベツ、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、/キウイフルーツ、
29水	おかゆ、鶏肉のふんわり煮、キャベツのお浸し、味噌汁、バナナ	米、/鶏ひき肉、木綿豆腐、にんじん、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、/バナナ、
30木	おかゆ、二色納豆、豚汁風、グレープフルーツ	米、/ひきわり納豆、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、/豚肉、木綿豆腐、だいこん、にんじん、じゃがいも、減塩みそ、/グレープフルーツ、
31金	おかゆ、鱈の煮物、ほうれんそうのお浸し、味噌汁、オレンジ	米、/たら、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、