

令和7年4月1日

保護者各位

4月 給食献立表

認定こども園 文化保育園
園長 浅田祐起子

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
1(火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 厚揚げの肉豆腐 白身魚のみぞれ煮	人参、舞茸、豆苗 厚揚げ、牛肉、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 ホキ、大根、醤油	牛乳 安倍川マカロニ (マカロニ、きな粉)
2(水)	牛乳 でこぼん	スタミナ丼 中華スープ 青梗菜のツナ和え	豚肉、玉葱、キャベツ、人参、醤油、コンソメ(小麦) 人参、ニラ、茄子 青梗菜、人参、コン、ツナ、醤油	牛乳 マトレーヌ★(小麦、卵、乳、 蜂蜜、アーモンド)
3(木)	牛乳 黄桃	豆御飯 味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の味噌焼き	うすいえんどう 人参、豆腐、薄揚げ 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、人参、醤油 鶏肉、白味噌	牛乳 キャロットゼリー (ジュース、ゼラチン)
4(金)	牛乳 グレープフルー ツ	白御飯、味噌汁 いりどり きのこの胡麻和え	人参、玉葱、葱 鶏肉、じゃが芋、大豆、人参、グリーンピース、醤油 しめじ、小松菜、キャベツ、人参、じゃこ、胡麻、醤油	牛乳 ピザトースト(食パン(小麦)玉 葱、ピーマン、コン、ケチャップ、 チーズ、コンソメ(小麦))
5(土)	牛乳 ハイハイ☆	白胡麻ロール かやくうどん オレンジ	小麦、卵、乳 うどん、鶏肉、玉葱、人参、しめじ、法蓮草、醤油	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
7(月)	牛乳 バナナ	クオータール 澄まし汁 チリコンカン 連コンサラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 豚ミンチ、玉葱、大豆、ケチャップ、ホールトマト、コンソメ(小麦) 鶏肉、蓮根、人参、キャベツ、胡瓜、コン、練胡麻、醤油	牛乳 きな粉ラスク (麩、きな粉)
8(火)	牛乳 キウイ	白御飯、中華スープ 回鍋肉 一口焼売☆	人参、ニラ、厚揚げ 豚肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、人参、椎茸、赤味噌、長葱 (豚鶏肉、小麦)	牛乳 りんごゼリー (ジュース、ゼラチン)
9(水)	牛乳 でこぼん	白御飯、味付け海苔 味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 鯖のあんかけ	海苔☆(小麦、海老エキス) 人参、法蓮草、舞茸 鶏肉、牛蒡、蓮根、玉葱、人参、竹輪、三度豆、醤油 鯖、醤油	牛乳 お好み焼き (小麦、豆腐、キャベツ、山 芋、ツナ、コン、ソース)
10(木)	牛乳 黄桃	春キャベツの和風スパゲティ ハンバーグ☆ ブロッコリーのおかか和え カルピスポンチ	スパゲティ、ツナ、春キャベツ、玉葱、しめじ、じゃこ、コンソメ(小麦) (豚鶏肉、大豆) ブロッコリー、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油 フルーツカクテル缶、カルピス	牛乳 誕生日ケーキ★ (小麦、卵、乳、チョコスプレー) ※誕生日プレートにアーモンドが使用 されています
11(金)	牛乳 グレープフルー ツ	カレーライス 澄まし汁 小松菜の胡麻和え	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、シチュー mix(小麦)、スキムミルク、コンソメ (小麦) 人参、葱、豆腐、醤油 小松菜、人参、コン、醤油	牛乳 照り焼きトースト (食パン(小麦)玉葱、ツナ、 葱、チーズ、醤油)
12(土)	牛乳 ハイハイ☆	スティックパン 五目ラーメン キウイ	小麦、卵、乳 中華麺(小麦)、豚肉、もやし、青梗菜、人参、玉葱、醤油	牛乳 市販菓子☆

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
14 (月)	牛乳 バナナ	レーズンパン 澄まし汁 ミトグラタン ひじきサラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、わかめ、醤油 合挽きミンチ、茄子、玉葱、ホルトマト、ケチャップ、チーズ ひじき、ツナ、枝豆、胡瓜、人参、コン、練胡麻、醤油	牛乳 寒天のわらび餅風 (寒天、黒糖、きな粉)
15 (火)	牛乳 キウイ	肉うどん 肉団子の甘辛タレ 彩りおかか和え	うどん、牛肉、玉葱、蒲鉾、葱、しめじ、人参、醤油 肉団子☆ (鶏豚肉)、醤油 法蓮草、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油	牛乳 カレーラスク (麩、カレー粉)
16 (水)	牛乳 でこぼん	ガパオライス風 澄まし汁 三色和え	豚ミンチ、玉葱、人参、コン、ピーマン、オイスターソース (小麦) 人参、大根、豆苗、醤油 青梗菜、もやし、人参、醤油	牛乳 胡麻トースト (食パン (小麦)、マカリン、 胡麻)
17 (木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 いり豆腐 鶏の葱ソース	人参、舞茸、薄揚げ 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、醤油 鶏肉、葱、醤油	牛乳 ビスコ (小麦) 八ヶ岳高原牧場ヨーグルト★
18 (金)	牛乳 グレープフルーツ	中華丼 中華スープ ナムル	豚肉、玉葱、キャベツ、筍水煮、青梗菜、人参、醤油 人参、ニラ、茄子 法蓮草、もやし、人参、胡麻	カムカム DAY 牛乳 薩摩芋のカムカムスティック
19 (土)	牛乳 ハイハイン☆	ロールパン 焼きそば オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺 (小麦) 豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、人参、焼きそばソース (海 老エキス、小麦)	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
21 (月)	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 クリーム煮 黒胡麻サラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、わかめ、醤油 鶏肉、キャベツ、玉葱、スキムミルク、シチュミックス (小麦) mix ベジタブル、 ブロッコリー、コンソメ (小麦) 牛蒡、蓮根、パプリカ、ピーマン、ひじき、黒胡麻、練胡麻、醤油	牛乳 かるかん (米粉、山芋、豆乳)
22 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 肉じゃが 白菜の甘酢和え	人参、しめじ、豆苗 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 白菜、胡瓜、ワカメ、人参、醤油	牛乳 ぶどうゼリー (ジュース、ゼラチン)
23 (水)	牛乳 りんご	白御飯、中華スープ 麻婆茄子 春雨サラダ	人参、ニラ、厚揚げ 豚ミンチ、玉葱、茄子、葱、パプリカ、赤味噌、醤油 春雨、人参、胡瓜、コン、醤油	牛乳 田舎ハイ★ (小麦、卵、乳、蜂蜜)
24 (木)	牛乳 黄桃	五目寿司 澄まし汁 豚の生姜焼き	小松菜、蓮根、人参、じゃこ、醤油 人参、大根、葱、醤油 豚肉、玉葱、葱、生姜、醤油	牛乳 でこぼん 鉄強化ウエハース☆ (小麦、卵殻粉)
25 (金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 すき焼き風煮 赤魚の煮付け	人参、舞茸、法蓮草 牛肉、豆腐、糸蒟蒻、玉葱、白葱、白菜、水菜、醤油 赤魚	牛乳 豆乳もち (豆乳、きな粉)
26 (土)	牛乳 ハイハイン☆	白胡麻ロール ジャージャーうどん キウイ	小麦、卵、乳 うどん、豚ミンチ、玉葱、人参、胡瓜、赤味噌、醤油	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
28 (月)	牛乳 バナナ	クオータホール 澄まし汁 ポークビーンズ 根菜サラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、葱、醤油 豚肉、玉葱、大豆、ピーマン、ケチャップ、コンソメ (小麦) 牛蒡、大根、人参、胡瓜、ツナ、練胡麻、醤油	牛乳 マフルケキ (小麦粉、豆乳、ピュアココア、 バナナ)
30 (水)	牛乳 キウイ	ひじき炒飯 中華スープ パンハンジ-サラダ	ひじき、豚ミンチ、コン、葱、人参、醤油 人参、玉葱、ニラ 鶏肉、キャベツ、胡瓜、人参、わかめ、練胡麻、醤油	牛乳 鉄強化プリン☆ (卵)



- ・ ☆印は市販品を使用しています。★印はシャトレゼの商品です。太字は新メニューです。
- ・ 竹輪、蒲鉾、平天、ウイナは通常、卵乳小麦不使用の商品を使用しています。
- ・ 午後間食では市販菓子を使用する場合があります。土曜日の午後間食は平日に使用している市販菓子の中から選んでいます。市販菓子の原材料の詳細については当園ホームページに掲載しています。ご自由にご活用下さい。
- ・ 週に1回ほど「噛む回数を増やす」献立を入れていきます (根菜類や海藻類など噛みごたえのある食材を使用することで、顎を鍛える、舌の筋肉の発達と舌を動かす操作性の発達を促します)。
- ・ 食材の入荷都合等により、内容を予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。

栄養素別給与栄養量

	エネルギー(kal)	タンパク質(g)	脂質(g)
3歳児未満	453	19.5	15.8
3歳児以上	505	22.2	17.5

