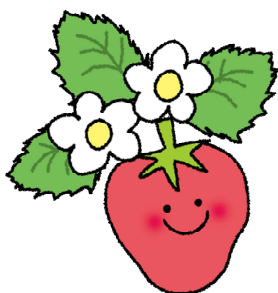


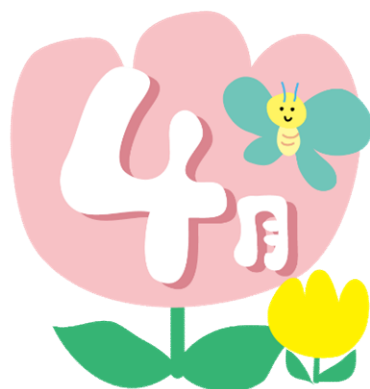
2025年 4月 給 食 献 立 表

日(曜日)	献立	材 料 名				午後おやつ (手)は手作り
		赤(血や肉になる)	緑(体の調子を整える)	黄(力や体温になる)	その他	
1 (火)	鮭のオニオンソースかけ ひじきのスパゲティソテー じゃが芋とベーコンのスープ	鮭 ひじき ベーコン・鰹節・昆布	玉ねぎ 赤パプリカ・ピーマン・えのき 玉ねぎ・人参	小麦粉・油・砂糖 スパゲティ じゃが芋	醤油・酢 塩・コンソメ・醤油 コンソメ	バナナケーキ(手) 0.1歳 バナナ蒸しパン 牛乳
2 (水)	五目きんぴら 小魚 豆腐と玉ねぎの味噌汁	牛肉・鰹節・ちくわ かえりちりめん 豆腐・味噌・煮干し・わかめ	ごぼう・れんこん・人参 玉ねぎ・人参・ねぎ	こんにゃく・ごま・三温糖	醤油・みりん 酢	ヨーグルト お菓子
3日(木)お弁当 4日(金)全面協力日						
5(土)						
7日(月) 入園・進級式						
8 (火)	鶏肉の味噌炒め 小魚 豆腐とチンゲン菜のスープ	鶏肉・味噌 かえりちりめん 豆腐・鰹節・昆布	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・生姜・にんにく チンゲン菜・玉ねぎ・人参	三温糖・片栗粉 片栗粉	醤油・酒 酢 醤油・鶏がら・塩	りんご 0歳バナナ お菓子 牛乳
9 (水)	鯛の塩焼き 小松菜の和え物 ごぼうの味噌汁	鯛 鰹節 油揚げ・味噌・煮干し	小松菜・えのき・人参 ごぼう・玉ねぎ・人参・ねぎ	三温糖	塩 醤油・みりん	ヨーグルト お菓子
10 (木)	焼きうどん 小魚 なめこと油揚げの味噌汁	豚肉・鰹節 かえりちりめん 油揚げ・煮干し・味噌・わかめ	玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ なめこ・ねぎ	うどん・油	醤油・みりん・塩 酢	お麴ラスク(手) 0.1歳 オレンジ・お菓子 牛乳
11 (金)	チキンカレー 人参サラダ	鶏肉 	玉ねぎ・人参 人参・もやし・ほうれん草・コーン	じゃが芋・油・マーガリン 砂糖・油	カレー粉・カレールウ・コンソメ・ケチャップ・醤油 塩・りんご酢・レモン果汁・醤油	チーズ お菓子 牛乳
12(土)						
14 (月)	おからの炒り煮 小魚 キャベツとしめじの味噌汁	鶏肉・おから・ツナ・油揚げ・ちくわ・煮干し・鰹節 かえりちりめん 油揚げ・味噌・煮干し	ごぼう・玉ねぎ・人参・椎茸・ねぎ キャベツ・しめじ・ねぎ	こんにゃく・三温糖・油	醤油・みりん 酢	オレンジ お菓子 牛乳
15 (火)	鯖の胡麻照り焼き ほうれん草ともやしのナムル 麴の澄まし汁	鯖 海苔 わかめ・鰹節	生姜 ほうれん草・人参・もやし 椎茸・三つ葉	ごま ごま油・ごま・砂糖 麴	醤油・みりん・酒 醤油・酢 醤油・みりん	ピーチケーキ(手) 0.1歳 蒸しパン 牛乳
16 (水)	豚肉とごぼうのしぐれ煮 小魚 豆腐とえのきの味噌汁	豚肉・鰹節・厚揚げ かえりちりめん 豆腐・煮干し・わかめ・味噌	ごぼう・三度豆・人参 えのき・ねぎ	こんにゃく・砂糖	醤油・みりん 酢	ヨーグルト お菓子
17 (木)	鶏肉のレモンソースがけ かぼちゃのサラダ 小魚 野菜スープ	鶏肉 ハム かえりちりめん ツナ・昆布・鰹節	かぼちゃ・玉ねぎ・コーン・人参・きゅうり キャベツ・人参・玉ねぎ・椎茸・ねぎ	片栗粉・三温糖・油 マヨネーズ・じゃが芋	醤油・酒・レモン果汁 塩・レモン果汁 酢 コンソメ・醤油・塩	餃子ピザ(手) 0.1歳 オレンジ・お菓子 牛乳
18 (金)	肉じゃが 小魚 もやしと油揚げの味噌汁	牛肉・鰹節 かえりちりめん 油揚げ・わかめ・味噌・煮干し	玉ねぎ・人参・三度豆 もやし・玉ねぎ・ねぎ	じゃが芋・こんにゃく・三温糖	醤油・みりん 酢	パン 0.1歳 ロールパン 牛乳
19(土)						
21 (月)	ナポリタンスパゲティ 小魚 もやしスープ	ウインナー かえりちりめん ツナ・鰹節・昆布	玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム もやし・玉ねぎ・人参・ねぎ・干し椎茸	スパゲティ・粉チーズ	コンソメ・塩 ウスターソース・ケチャップ 酢 コンソメ・醤油・塩	バナナ お菓子 牛乳
22 (火)	鮭の海苔塩焼き 小松菜と油揚げのお浸し さつま芋の味噌汁	鮭・青のり 油揚げ・鰹節 油揚げ・味噌・煮干し・わかめ	小松菜・人参・キャベツ 玉ねぎ・ねぎ	米粉・油 砂糖 さつま芋	塩 醤油・みりん	ツナマヨトースト(手) 0.1歳 食パンスティック 牛乳
23 (水) 誕生日会	赤飯 つくねの照り焼き・酢の物 そうめんの澄まし汁	小豆 鶏ミンチ・卵 わかめ 蒲鉾・わかめ・鰹節	ミックスベジタブル・玉ねぎ・生姜 きゅうり・人参・キャベツ・コーン 三つ葉・干し椎茸・椎茸	米・もち米 三温糖・パン粉・片栗粉 ごま・砂糖 そうめん	塩 塩・酒・みりん・醤油 酢・レモン果汁・醤油 醤油・みりん	ケーキ 0.1歳 蒸しパン カルピス 0.1歳 牛乳
24 (木)	酢豚 小魚 レタスと卵のスープ	豚肉 かえりちりめん 卵・昆布・鰹節	玉ねぎ・人参・椎茸・干し椎茸・ピーマン・生姜 玉ねぎ・人参・レタス	じゃが芋・片栗粉・三温糖 片栗粉	ケチャップ・酢・酒・醤油・塩・みりん 酢 塩・鶏がら・醤油・酒	コーンフレークボール(手) 0.1歳 バナナ・お菓子 牛乳
25 (金)	ポークカレー ツナサラダ	豚肉 ツナ	玉ねぎ・人参 人参・キャベツ・きゅうり・コーン	じゃが芋・油・マーガリン マヨネーズ・ごま	カレー粉・カレールウ・コンソメ・ケチャップ 酢・醤油	チーズ お菓子 牛乳
26(土)						
28 (月)	栄養汁 小魚 千切り大根とベーコンの炒め煮	鶏肉・鰹節 かえりちりめん ベーコン・鰹節	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・椎茸・もやし・ねぎ・生姜 千切り大根・人参・ねぎ	片栗粉 ごま	塩・コンソメ・醤油 酢 醤油・みりん	オレンジ お菓子 牛乳
祝日 29日(火) 昭和の日						
30 (水)	鶏肝の元気煮 小魚 ラーメンサラダ わかめスープ	鶏肝・味噌 かえりちりめん ハム ツナ・わかめ・昆布	生姜・にんにく 人参・きゅうり・もやし・ニラ・キャベツ・コーン もやし・人参・玉ねぎ・パセリ	三温糖・油 中華麺・ごま油・三温糖 ごま	醤油・みりん・酒 酢 醤油・塩・中華だし・酢 鶏がら・醤油・塩	野菜蒸しパン(手) 0.1歳 蒸しパン 牛乳

- ★ ことり組と離乳食の間は、りんごは提供しません。
- ★ 幼児組は、主食(白ご飯又はパン)が毎日要ります。
- ★ 幼児組は、お誕生日会(23日)は、主食は要りません。



食事だより



新年度がスタートします。
最初は環境の違いに戸惑うかもしれませんが
友達と一緒に食事することが、楽しい時間の
1つになっていくことと思います。
毎日安心・安全な美味しい給食を提供し
食を通して子供達の成長を見守っていきたいと思います。
まわりの大人たちが生活リズムを整えてあげ、
早寝・早起きを心がけ朝食を食べてから登園しましょう。

黄・赤・緑の3つの色を食べよう

黄はごはん、パン、めん類などの主食で、炭水化物を含む食品
赤は肉、魚、卵などの主菜でたんぱく質を含む食品
緑は野菜、果物などの副菜で、ビタミン、ミネラルを多く含む食品です。



メニュー全体を見て、黄、赤、緑の3色がそろっていると
見た目も栄養バランスもよい食事になります。
毎日の食事を考える際に意識してみましょう。



そして1日を気持ち良く過ごせるように

食事・排泄・睡眠などの生活リズムを整えよう！

