令和3年
4月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

1 日（木）	2 日（金）	3 日（土）	5 日（月）	6 日（火）	7 日（水）	8 日（木）
	ボーロ	ウエハース	ひじきスティック	カステラ	ゼリー	かりんとう
入園式	ごはん 鶏のやわらか照りつけ ミモザサラダ じゃがいもと わかめのみそ汁 果物	牛乳 焼きそば 炒り大豆、小魚 果物	野菜あんかけ丼 五目きんぴら 果物	ごはん かぼちゃコロッケ ブロッコリーのおかか和え キャベツの豆乳みそ汁 果物	こんぶごはん カレイの煮つけ きゅうりのごま和え 根菜汁 果物	ごはん スパニッシュオムレツ 切干大根のサラダ トマトとレタスのスープ 果物
	五分づき米 卵 ひじき キャベツ にんじん マヨネーズ しょうゆ ごま コーン 鶏肉 三温糖 酒 食塩 片栗粉 米油 しょうゆ 三温糖 みりん しょうが 片栗粉 果物 じゃがいも たまねぎ にんじん わかめ 油揚げ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	ゆで中華麺 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 焼きそば ソース かつお節 あおのり 米油 牛乳 炒り大豆 小魚 果物	五分づき米 豚もも肉 はくさい たまねぎ ねぎ たけのこ にんじん しいたけ しょうが にんにく ごま油 だしこんぶ だしじゃこ 食塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 果物 ごぼう にんじん れんこん いんげん ちくわ しょうゆ 三温糖 みりん ごま油 ごま	五分づき米 かぼちゃ じゃがいも たまねぎ にんじん 豚ミンチ 食塩 卵 パン粉 米粉 米油 ブロッコリー カリフラワー かつお節 しょうゆ 三温糖 トマト 果物 キャベツ たまねぎ にんじん 油揚げ 豆乳 だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	五分づき米 こんぶ佃煮 かれい しょうが 高野豆腐 グリンピース しょうゆ みりん 三温糖 きゅうり もやし にんじん ごま しょうゆ 三温糖 果物 だいこん れんこん ごぼう にんじん ねぎ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	五分づき米 切干大根 にんじん ツナ コーン ごま マヨネーズ しょうゆ 卵 ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん アスパラガス ひじき コンソメ ケチャップ トマト たまねぎ レタス グリンピース コンソメ しょうゆ 果物
	手作り花見だんご	おせんべい	チーズ、サブレ	おせんべい、炒り大豆、小魚	New 手作りシュガートースト	レーズン、クラッカー

9 日（金）	10 日（土）	12 日（月）	13 日（火）	14 日（水）	15 日（木）	16 日（金）
ウエハース	プリッツ	あられ	ラムネ	野菜スティック	ボーロ	おせんべい
ごはん 高野豆腐の柳川風 キャベツの小魚和え かぼちゃのみそ汁 果物	牛乳 チキンカレー 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 豆腐の松風焼き きんぴらごぼう アスパラのみそ汁 果物	ごはん 鶏のからあげ ほうれん草と ひじきのごま和え さつまいものみそ汁 果物	たけのこごはん 鮭の塩焼き 煮豆 大根の白みそ汁 果物	ごはん 春キャベツの八宝菜 ベイクドじゃが 華風和え わかめスープ 果物	ごはん 春野菜のかき揚げ ししゃも 小松菜のみそ汁 果物
五分づき米 キャベツ にんじん ちりめん じゃこ 酢 三温糖 しょうゆ 高野豆腐 ごぼう 卵 たまねぎ しいたけ にんじん ねぎ だしこんぶ しょうゆ みりん 三温糖 かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ 果物	五分づき米 鶏肉 たまねぎ じゃがいも トマト にんじん カレールー 小麦粉 スキムミルク バター 福神漬 ※ひよこ、ももぐみには つきません 果物 牛乳 炒り大豆 小魚	五分づき米 ごぼう にんじん こんにゃく しょうゆ 三温糖 みりん ごま ごま油 トマト 木綿豆腐 たまねぎ 鶏ミンチ にんじん ねぎ 卵 スキムミルク 白みそ パン粉 しょうゆ 三温糖 ごま アスパラガス たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ 果物	五分づき米 鶏肉 しょうゆ みりん にんにく しょうが 片栗粉 米油 コーン ほうれん草 えのきたけ にんじん ひじき ごま しょうゆ 三温糖 果物 さつまいも たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	五分づき米 たけのこ にんじん 油揚げ しょうゆ みりん 料理酒 だしこんぶ だしじゃこ さけ 食塩 水煮大豆 ちくわ にんじん グリンピース こんにゃく しょうゆ 三温糖 みりん だいこん にんじん 油揚げ ねぎ だしこんぶ だしじゃこ 白みそ 果物	五分づき米 豚肉 うずら卵 キャベツ たけのこ にんじん 干ししいたけ ピーマン 片栗粉 しょうゆ だしこんぶ だしじゃこ ごま油 じゃがいも 米油 食塩 あおのり もやし にんじん 酢 三温糖 しょうゆ ごま油 わかめ たまねぎ チンゲン菜 にんじん しょうが だしこんぶ だしじゃこ しょうゆ ごま油 果物	五分づき米 ししゃも 果物 菜の花 たまねぎ えび にんじん まいたけ しゅんぎく 食塩 小麦粉 米粉 卵 米油 こまつな たまねぎ にんじん だしこんぶ だしじゃこ 米みそ
手作り焼きおにぎり	ビスケット	手作りツナ昆布おにぎり	バナナチップ、クッキー	おかき、炒り大豆、小魚	手作りフルーツヨーグルト	するめ、クラッカー

令和3年
4月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

17 日（土）	19 日（月）	20 日（火）	21 日（水）	22 日（木）	23 日（金）	24 日（土）
ウエハース	プリッツ	クッキー	あられ	プリン	カステラ	ボーロ
牛乳 他人丼 炒り大豆、小魚 果物	山菜うどん 高野豆腐のから揚げ キャベツのおかか和え 果物	ごはん さばのみぞれ煮 もやしの甘酢和え 吉野汁 果物	えんどう豆ごはん 豚肉の鉄火煮 ブロッコリーのごま和え 豆腐のすまし汁 果物	ごはん いわしのフライ 海藻サラダ きのこのみそ汁 果物	ゆかりごはん 豆腐のグラタン おかかサラダ ポパイスープ 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物
五分づき米 卵 牛肉 たまねぎ ほうれん草 にんじん 油揚げ しょうゆ みりん 三温糖 だしこんぶ だしじゃこ 牛乳 炒り大豆 小魚 果物	ゆでうどん 鶏もも肉 山菜 たまねぎ 油揚げ かまぼこ にんじん 干ししいたけ しょうゆ みりん だしこんぶ だしじゃこ 高野豆腐 しょうゆ 酒 コンソメ にんにく 片栗粉 米油 果物 キャベツ にんじん かつお節 しょうゆ 三温糖	五分づき米 さば だいこん しょうゆ みりん 三温糖 料理酒 もやし きゅうり にんじん 高野豆腐 酢 三温糖 しょうゆ 果物 じゃがいも たまねぎ こまつな にんじん だしこんぶ だしじゃこ しょうゆ みりん 片栗粉	五分づき米 えんどう豆 ブロッコリー にんじん ごま しょうゆ 三温糖 豚もも肉 じゃがいも ごぼう にんじん ピーマン しいたけ 米みそ 三温糖 しょうゆ だしこんぶ 木綿豆腐 にんじん 手まり麩 わかめ ねぎ だしこんぶ だしじゃこ しょうゆ みりん 果物	五分づき米 いわし 小麦粉 卵 パン粉 米油 トマト 果物 わかめ ひじき コーン キャベツ にんじん 酢 しょうゆ 三温糖 ごま油 こまつな しめじ しいたけ えのきたけ にんじん 油揚げ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	五分づき米 ふりかけ きゅうり カリフラワー にんじん かつお節 酢 しょうゆ 三温糖 ごま油 木綿豆腐 合挽きミンチ たまねぎ にんじん トマト ケチャップ ウスターソース みりん コンソメ 片栗粉 小麦粉 バター パセリ 食塩 チーズ パン粉 ほうれん草 コーン えのきたけ にんじん コンソメ	五分づき米 卵 鶏肉 たまねぎ こまつな にんじん 干ししいたけ しょうゆ みりん 三温糖 だしこんぶ だしじゃこ 牛乳 炒り大豆 小魚 果物
おせんべい	手作り鮭おにぎり	おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りジャムパン	レーズン、ウエハース	手作りカルピスゼリー	クッキー

26 日（月）	27 日（火）	28 日（水）	29 日（木）	30 日（金）
おせんべい	チーズ	ラムネ		バナナチップ
ごはん すき焼き風煮 きゅうりのごま塩昆布和え あおさのみそ汁 果物	ごはん さわらの幽庵焼き 切干大根のミルク煮 ほうれん草のすまし汁 果物	こどもの日の行事 手作りふりかけごはん こいのぼりハンバーグ キャベツのごま和え かきたま汁 プチゼリー	昭和の日	ポークカレー 福神漬 シャキシャキレンコン 果物
五分づき米 きゅうり もやし にんじん ごま しょうゆ 三温糖 塩こんぶ 牛肉 卵 焼き豆腐 はくさい にんじん しいたけ しらたき 焼ふ しょうゆ みりん 三温糖 米油 あおさ だいこん にんじん 油揚げ だしこんぶ だしじゃこ 米みそ	五分づき米 さわら しょうゆ みりん 酒 ゆず汁 トマト 切干大根 にんじん 油揚げ いんげん しょうゆ 三温糖 みりん スキムミルク ほうれん草 たまねぎ にんじん だしこんぶ だしじゃこ しょうゆ みりん 果物	五分づき米 ちりめん じゃこ かつお節 ごま 焼きのり しょうゆ 食塩 キャベツ きゅうり にんじん ごま しょうゆ 三温糖 合挽きミンチ たまねぎ れんこん にんじん グリンピース 卵 パン粉 スキムミルク 食塩 ケチャップ 卵 こまつな たまねぎ にんじん だしこんぶ だしじゃこ しょうゆ みりん プチゼリー		五分づき米 豚もも肉 たまねぎ じゃがいも かぼちゃ トマト にんじん ピーマン なす カレールウ 小麦粉 福神漬 ※ひよこ、ももぐみには つきません 果物 れんこん にんじん 酢 三温糖 しょうゆ ごま
手作りいももち	プルーン、クラッカー	手作りこいのぼりケーキ		こんぶ、あられ

☆4月の1日あたりの平均栄養価

	乳児	幼児
エネルギー	489kcal	581kcal
たんぱく質	19.9g	23.5g
脂質	15.0g	16.4g
カルシウム	303mg	323mg
鉄	2.3mg	3.0g
食物繊維	3.8g	4.9g
食塩	1.6g	1.9g

※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を目標としています。