



令和5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(土)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	
	ひじきスティック	ポーロ	ゼリー	かりんとう	ウエハース	ミルクスティック	
入園式	野菜あんかけ丼 じゃがいもきんぴら 果物	ごはん 鶏のやわらか照りつけ ミモザサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 果物	ごはんごはん カレーの蒸つけ きゅうりのごま和え 小松菜のすまし汁 果物	ごはん オムレツのミートソースかけ 切干大根のサラダ 具沢山みそスープ	ふりかけごはん 高野豆腐の横切風 小松菜の納豆和え かぼちゃのみそ汁 果物	牛乳 たまごとうどん 炒り大豆、小魚 果物	
	五分づき米 豚肉 ほうろこ なす キャベツ チンゲン菜 果物	食塩 しょうゆ 三温糖 片栗粉 ニンジン ピーマン しょうゆ みりん 三温糖 食塩 米油	五分づき米 鶏肉 三温糖 酒 食塩 キャベツ レタス ニンジン マヨネーズ しょうゆ ごま コーン 果物	五分づき米 きゅうり もやし にんじん かぼちゃ しょうゆ 高野豆腐 グリルピーズ しょうゆ みりん 三温糖 果物	五分づき米 卵 牛乳 小麦粉 たまねぎ たまねぎ バナナ コーン ごま マヨネーズ しょうゆ 果物	五分づき米 高野豆腐 かぼちゃ たまねぎ ほうろこ なす しょうゆ にんじん みりん しょうゆ 三温糖 果物	ゆでうどん 卵 たまねぎ ほうろこ にんじん かぼちゃ しょうゆ みりん 三温糖 果物
	手作り花見団子	おせんべい、炒り大豆、小魚	ミニメロンパン	手作りヨーグルト	チーズ、サブレ	おせんべい	

10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	
あられ	カステラ	野菜スティック	バナナアップ	おせんべい	ポーロ	
ゆかりごはん 豆腐の松風焼き ごまじゅうごサラダ アスパラのみそ汁 果物	ごはん 回鍋肉 ペイクドじゃが 蒸風和え 中華スープ 果物	たけのこごはん さわらの西風焼き きゅうりのおかか和え 里芋の白のみそ汁 果物	ごはん 野菜たっぷりマーボー さつまいものサラダ ほうれん草のすまし汁 果物	ごはん 春野菜のかき揚げ ししゃも 大根のみそ汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物	
五分づき米 ゆかり キャベツ ちりめんじゃこ ごま しょうゆ 三温糖	五分づき米 豚肉 ニンジン キャベツ ピーマン しょうゆ みりん 三温糖 酒	五分づき米 さわら たけのこ お豆腐 しょうゆ みりん 酒 だしこんぶ だしじゅこ	五分づき米 絹ごし豆腐 豚肉 たまねぎ ほうろこ なす トマト ピーマン しょうゆ ごま油 しょうゆ みりん 果物	五分づき米 キャベツ たまねぎ じゃがいも にんじん まいたけ プロッコリー 豆腐 小松菜 卵 米油	五分づき米 しょうゆ 卵 鶏肉 たまねぎ にんじん まいたけ	
手作りツナ昆布おにぎり	ブルーン、あられ	おかき、炒り大豆、小魚	プチゼリー、ミルクスティック	手作りちんすこう	ビスケット	



令和5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(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	24日(月)
ブリッツ	かりんとう	プリン	ポーロ	クラッカー	ウエハース	あられ
山菜うどん ちくわの磯辺揚げ キャベツのおかか和え 果物	ごはん 豆腐のグラタン 大根サラダ ポパイスープ 果物	えんどう豆ごはん 豚肉の鉄火菜 プ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 りんごとキャベツのサラダ きのこのみそ汁 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	牛乳 他人丼 炒り大豆、小魚 果物	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
ゆでうどん 鶏肉 山菜 たまねぎ しょうゆ みりん だしこんぶ 三温糖	五分づき米 木綿豆腐 鶏肉 しょうゆ にんじん たまねぎ キャベツ ソース 三温糖 ごま油 果物	五分づき米 豚肉 じゃがいも ごぼう プロッコリー ピーマン ごま しょうゆ 三温糖 だしこんぶ	五分づき米 キャベツ にんじん りんご コーン 米油 レタス 三温糖 トマト 果物	五分づき米 ほうれん草 えのきたけ にんじん ひじき しょうゆ 三温糖 米油 コーン 果物	五分づき米 しょうゆ 卵 牛肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 三温糖 油揚げ 果物	五分づき米 豚肉 鶏肉 ほうろこ しょうゆ みりん 三温糖 米油
手作り鮭おにぎり	おせんべい、炒り大豆、小魚	バナナチップ、ビスケット	手作りマーマレードパン	こんぶ、野菜スティック	クッキー	手作りいもち

25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	☆4月の1日あたりの平均栄養価
クッキー	ヨーグルト	ブリッツ	ラムネ	昭和の日	乳児 幼児
ごはん さばの蒲焼系 プロッコリーのおかか和え 吉野汁 果物	ごはん 新じゃがコロケ ごぼうサラダ キャベツの豆乳みそ汁 果物	ごはん 鮭のムニエル 千草和え 豆腐とわかめのみそ汁 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	エネルギー 480kcal 574kcal たんぱく質 20.4g 24.4g 脂質 15.9g 17.9g カルシウム 305mg 332mg 鉄 2.4mg 3.1g 食物繊維 4.6g 5.8g 食塩 1.5g 1.8g
五分づき米 プロッコリー カリフラワー にんじん さば しょうゆ しょうゆ みりん 三温糖 果物	五分づき米 ごぼう キャベツ たまねぎ にんじん コーン マヨネーズ しょうゆ だしじゅこ みりん しょうゆ 三温糖 果物	五分づき米 ほうれん草 もやし にんじん さけ キャベツ パター コーン 果物	五分づき米 ちりめん ごぼう かつお節 しょうゆ しょうゆ しょうゆ みりん 三温糖 果物	五分づき米 卵 三温糖 ごま油 たまねぎ にんじん ほうろこ しょうゆ みりん 果物	※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を 目標としています。
レーズン、ウエハース	おせんべい、炒り大豆、小魚	チーズ、ミルクスティック	手作りこいのぼりケーキ		