

令和6年4月 普通食献立予定表

さくらっこ保育園

日曜日	献立名	材 料	献立名	材 料	エネルギー
1月	①チーズおかかごはん ②新玉スープ ③ささみと春キャベツのおかか和え ④麦茶	①米・とろけるチーズ・鰹節・しょうゆ ②ベーコン・新玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・油・酒・水・コンソメ・こしょう ③鶏ささみ・春キャベツ・鰹節・しょうゆ ④麦茶	①牛乳 ②ふかし芋	①牛乳 ②ふかし芋	381 Kcal
2火	①あんかけご飯 ②ナムル ③スープ ④麦茶	①米・豚挽肉・長ネギ・人参・干し椎茸・油・味噌・しょうゆ・砂糖・だし汁・片栗粉 ②青菜・えのき・酢・砂糖・しょうゆ・ごま油 ③乾わかめ・玉ねぎ・だし汁・塩・しょうゆ ④麦茶	①牛乳 ②ラスク	①牛乳 ②8枚切り食パン(砂糖・バター) (ノンエッグマヨネーズ・粉チーズ・粉パセリ)	396 Kcal
3水	①ゆかりご飯 ②ひじき入り酢の物 ③白身魚の甘辛煮 ④味噌汁 ⑤麦茶	①米・ゆかり ②きゅうり・乾ひじき・乾わかめ・赤ピーマン・酢・砂糖・塩・しょうゆ ③白身魚・片栗粉・油・しょうゆ・砂糖・出し汁 ④人参・玉ねぎ・だし汁・味噌 ⑤麦茶	①牛乳 ②米粉DEチヂミ	①牛乳 ②米粉のお好み焼き粉・にら キャベツ・だし汁・油	369 Kcal
4木	①パン ②ポテトサラダ ③シンプルポトフ ④キャンディチーズ ⑤麦茶	①8枚切り食パン ②じゃが芋・コーン・人参・ノンエッグマヨネーズ ③鶏肉・塩・玉ねぎ・ブロッコリー・水・しょうゆ・コンソメ・こしょう・しょうゆ ④キャンディチーズ ⑤麦茶	①牛乳 ②おこわ	①牛乳 ②米・もち米・豚肉・人参・干し椎茸 だし汁・しょうゆ・砂糖	456 Kcal
5金	①カレーライス ②小松菜ソテー ③味噌汁 ④麦茶	①米・鶏肉・玉葱・人参・新じゃが芋・カレールー・植物油・だし汁 ②小松菜・コーン・油・塩 ③切干大根・乾わかめ・だし汁・味噌 ④麦茶	①牛乳 ②さつま茶巾	①牛乳 ②さつまいも・砂糖	435 Kcal
6土	①ご飯 ②鮭の塩焼き ③ひじき煮物 ④味噌汁 ⑤麦茶	①米 ②鮭・塩 ③乾ひじき・人参・いんげん・油・だし汁・しょうゆ・砂糖 ④キャベツ・玉ねぎ・だし汁・味噌 ⑤麦茶	①カップヨーグルト ②おせんべい	①カップヨーグルト ②おせんべい	350 Kcal
8月	①トマトライス ②春野菜チャウダー ③大根サラダ ④麦茶	①米・人参・玉ねぎ・トマト・油・だし汁・塩・ケチャップ・砂糖 ②鶏肉・玉葱・アスパラガス・油・水・クリームコーン・クリームチーズ・スキムミルク・コンソメ・塩 ③大根・粉パセリ・胡麻・ノンエッグマヨネーズ・しょうゆ ④麦茶	①牛乳 ②ジャムパン	①牛乳 ②10枚切り食パン・苺ジャム	437 Kcal
9火	①ご飯 ②れんこんきんぴら ③豚肉のネギソースあえ ④味噌汁 ⑤麦茶	①米②人参・れんこん・油・だし汁・砂糖・しょうゆ ③豚肉・塩 玉ねぎ・出し汁・ピーマン ④ごま油・長ネギ・すりごま・塩 ⑤キャベツ・本しめじ・だし汁・味噌 ⑥麦茶	①牛乳 ②バナナパイ ③クラッカー	①牛乳 ②餃子の皮・バナナ・油 ③クラッカー	453 Kcal
10水	①ご飯 ②フルーツ ③豚肉の甘辛煮 ④味噌汁 ⑤麦茶	①米 ②フルーツ ③豚肉・玉ねぎ・しめじ・だし汁・しょうゆ・砂糖・片栗粉 いんげん・塩 ④大根・人参・だし汁・味噌 ⑤麦茶	①牛乳 ②米粉 DE ウィンナー蒸しパン	①牛乳 ②米粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・ウィンナー	465 Kcal
11木	①パン ②麦茶 ③かぼちゃのスoppコロッケ ④セロリの洋風スープ	①8枚切り食パン ②麦茶 ③かぼちゃ・塩・油 ウィンナー・ケチャップ・砂糖 米粉のパン粉・ノンエッグマヨネーズ ブロッコリー・塩 ④ツナ水煮・セロリ・玉ねぎ・人参・油・酒・水・コンソメ・塩	①牛乳 ②黒米おにぎり	①牛乳 ②米・黒米・いりごま・塩	381 Kcal
12金	①さつま芋ご飯 ②鮭の味噌スープ ③青菜おひたし ④麦茶	①米・しょうゆ・酒・さつま芋・黒ごま ②鮭・片栗粉・油 油・玉ねぎ・人参・しめじ・水・牛乳・しょうゆ・味噌・酒・みりん ③青菜・しょうゆ・かつお節 ④麦茶	①牛乳 ②ヨーグルト ホットケーキ	①牛乳 ②ホットケーキミックス・ 水・ヨーグルト・きな粉・油	417 Kcal
13土	①炒飯 ④麦茶 ②味噌汁 ⑤フルーツ ③きゅうりとゆかり和え物	①米・ベーコン(又はウィンナー)・長ネギ・油・しょうゆ・塩・こしょう ②キャベツ・人参・だし汁・味噌・あおみ ③きゅうり・ゆかり ④麦茶 ⑤フルーツ	①麦茶 ②おせんべい ③黒ゴマ餅	①麦茶 ②おせんべい ③牛乳・コンスターチ・黒すりごま・砂糖 レースン・砂糖・水	355 Kcal
15月	①ご飯 ②青菜とコーンのおかかマヨネーズ ③バーベキューチキン ④味噌汁 ⑤麦茶	①米35 ②青菜・コーン・鰹節・しょうゆ・ノンエッグマヨネーズ ③鶏もも肉・塩 生姜汁・にんにく汁・ケチャップ・ソース 油 ④玉ねぎ・人参・乾わかめ・だし汁・味噌 ⑤麦茶	①牛乳 ②焼きそば	①牛乳 ②蒸し中華めん・豚肉・キャベツ 人参・玉ねぎ・だし汁・ソース・油 あおのり	496 Kcal

令和6年4月 普通食献立予定表

さくらっこ保育園

日曜日	献立名	材 料	献立名	材 料	エネルギー
16 火	①たけのこご飯 ②新人参の煮物 ③春色味噌汁 ④麦茶	①米・しょうゆ・塩・酒 たけのこ・油揚げ・干しシイタケ・しょうゆ・砂糖・だし汁 ②人参・豚肉・しめじ・油・砂糖・しょうゆ・だし汁・片栗粉・いんげん ③新玉ねぎ・春キャベツ・だし汁・味噌 ④麦茶	①牛乳 ②バナナ コーンフレーク	①牛乳50 ②コーンフレーク・バナナ	402
17 水	①チーズパン ②温野菜 ③スクエアハンバーグ ④野菜スープ ⑤麦茶	①パン・チーズ・オリーブオイル・ノンエッグマヨネーズ ②ブロッコリー・塩 ③豚挽肉・鶏挽肉・玉ねぎ・れんこん・塩・植物油・ケチャップ ④人参・えのき・椎茸・油・コンソメ・塩・水 ⑤麦茶	①牛乳 ②おにぎり	①牛乳 ②米（ごま・しらす干し） （ゆかり）	408 Kcal
18 木	①味噌煮込みうどん ②キャベツと青菜の煮浸し ③フルーツ ④麦茶	①乾うどん・鶏肉・干し椎茸・人参・ねぎ・かぼちゃ・だし汁・味噌 ②キャベツ・青菜・だし汁・しょうゆ・砂糖・刻み海苔 ③フルーツ ④麦茶	①牛乳 ②フライドポテト	①牛乳 ②じゃが芋・油・塩	348 Kcal
19 金	①ふりかけご飯 ②新じゃがと豚肉の煮物 ③味噌汁 ④麦茶	①米 乾わかめ・じゃこ・あおのり・鰹節・ごま ②新じゃが芋・豚肉・玉ねぎ・人参・油・しょうゆ・砂糖・だし汁 ③切干大根・えのき・青菜・だし汁・味噌 ④麦茶	①牛乳 ②けんちんうどん	①牛乳 ②乾うどん・鶏肉・大根・人参・長ネギ だし汁・しょうゆ・みりん・塩	481 Kcal
20 土	①ゆかりご飯 ②魚の揚げ煮 ③味噌汁 ④麦茶	①米・ゆかり ②魚・片栗粉・油 あおみ・塩 だし汁・しょうゆ・砂糖 ③人参・玉ねぎ・じゃが芋・だし汁・味噌④麦茶	①牛乳 ②ロールパン	①牛乳 ②超熟レーズンロール	367
22 月	①ちゃんぽん ②味噌汁 ③キャンディチーズ ④麦茶	①蒸し中華めん・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・植物油・だし汁 しょうゆ・コンソメ・片栗粉 ②しめじ・いんげん・人参・だし汁・味噌 ③キャンディチーズ ④麦茶	①牛乳 ②米粉の ホットケーキ	①牛乳 ②米粉・ベーキングパウダー 豆乳・油・砂糖・ココア・油	433 Kcal
23 火	①ひじきご飯 ②団子汁 ③胡麻和え ④麦茶	①米・しょうゆ・酒 乾ひじき・人参・油揚げ・だし汁・しょうゆ・砂糖 ②鶏挽き肉・れんこん・片栗粉・塩 長ねぎ・大根・だし汁・味噌 ③青菜・砂糖・しょうゆ・胡麻 ④麦茶	①牛乳 ②グラタントースト	①牛乳 ②8枚切り食パン・ホワイトソース バター・じゃこ・玉ねぎ・粉パセリ	388 Kcal
24 水	①白身魚の甘辛煮 ②青菜とコーンのソテー ③味噌汁 ④麦茶	①米 白身魚・生姜汁適宜・みりん・しょうゆ 片栗粉・油 玉ねぎ・人参・えのき・油・しょうゆ・砂糖・だし汁・（片栗粉） ②青菜・コーン缶・油・しょうゆ ③じゃが芋・乾わかめ・だし汁・味噌 ④麦茶	①牛乳 ②豆腐ドーナツ	①牛乳 ②ホットケーキミックス 豆腐・砂糖・油	414 Kcal
25 木	①ご飯 ②さつま芋と鶏肉の煮物 ③味噌汁 ④麦茶	①米 ②さつま芋・鶏肉・出し汁・砂糖・みりん・しょうゆ アスパラガス・塩 ④人参・キャベツ・玉ねぎ・だし汁・味噌 ⑤麦茶	①牛乳 ②フルーツゼリー ③生協菓子	①牛乳 ③生協菓子 ②フルーツ・アガー・水・砂糖 りんごジュース	393 Kcal
26 金	①パン ⑤麦茶 ②鶏肉のソテー ③ブロッコリーのソテー ④スープ	①パン ②鶏もも肉・塩・片栗粉・粉パセリ・油・ケチャップ・だし汁 ③ブロッコリー・油・しょうゆ ④人参・玉ねぎ・水・コンソメ・塩 ⑤麦茶	①牛乳 ②小松菜ご飯	①牛乳 ②米・酒・みりん・塩 小松菜・ベーコン・ごま油・塩・こしょう	441 Kcal
27 土	①そぼろ丼 ②青菜の煮びたし ③味噌汁 ④麦茶	①米・豚挽肉・しょうゆ・砂糖・出し汁 きざみのり ②青菜・だし汁・砂糖・しょうゆ ③玉ねぎ・人参・大根・出し汁・味噌 ④麦茶	①牛乳 ②人参ジャム サンド	①牛乳 ②ロールパン 人参・砂糖・レモン汁	386 Kcal
30 火	①ご飯 ②かぼちゃサラダ ③豚肉と春キャベツの味噌炒め ④すまし汁 ⑤麦茶	①米 ②かぼちゃ・レーズン・ノンエッグマヨネーズ ③豚肉・キャベツ・人参・油・だし汁・味噌・しょうゆ・砂糖・片栗粉 ④本しめじ・いんげん・だし汁・塩・しょうゆ ⑤麦茶	①牛乳 ②ポパイ蒸しパン	①牛乳 ②米粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油・ほうれん草	460 Kcal

※給与栄養目標量は408Kcalです。

※離乳食完了食は、1~2歳児食の完食を目指しながら進めます。

※午前のおやつとして、麦茶と一口菓子を提供しています。

※材料の都合により、メニューが変更になる場合があります。ご了承下さい。

当月平均給与栄養量

411

Kcal