

2024年

4月献立表

竹渕幼稚園様

	2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)				
	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名			
	① ごはん ② ハムカツ ③ きのこと鶏肉の醤油炒め ④ 千切大根のナムル ⑤ 大学芋 ⑥ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 豚肉 ③ しめじ 鶏肉 玉ねぎ ねぎ ④ 千切大根 人参 ⑤ さつま芋 ごま ⑥ バイン	① ごはん ② 大葉はるまき ③ ジャガ芋とウィンナーのポトフ ④ 菜葉のごまサラダ ⑤ 花形さつまの煮付 ⑥ キャベツ コーン 人参 ⑦ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② キャベツ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 はるさめ 大葉 ヒラタケ インゲン ③ ジャガ芋 ソーセージ(豚肉・玉ねぎ) 玉ねぎ ブロッコリー ④ キャベツ コーン 人参 ⑤ 魚肉 コーン 人参 玉ねぎ ⑥ 豆乳 ⑦ みかん	① ごはん ② イカの天ぷら ③ マーボー豆腐 ④ 大根とりの中華サラダ ⑤ 枝豆とうもろこしのつまみ揚げ ⑥ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② イカ ③ 豆腐 豚肉 玉ねぎ ねぎ ④ 大根 人参 のり ⑤ 枝豆 コーン 魚肉 ⑥ りんご	① ごはん ② コーンコロッケ ③ 豚肉の甘辛炒め ④ さば缶と野菜のカレー煮 ⑤ 花形がんもの煮付 ⑥ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② ジャガ芋 コーン 人参 玉ねぎ ③ 豚肉 乳成分 ④ 豚肉 枝豆 しめじ ⑤ さば缶 ジャガ芋 ブロッコリー ⑥ 豆乳 おから ⑦ もも			
	エネルギー 388 kcal タンパク 8.9 g 脂質 7.8 g 炭水化物 68.1 g 食塩相当量 1 g		エネルギー 387 kcal タンパク 8.1 g 脂質 7.1 g 炭水化物 70.3 g 食塩相当量 1.3 g		エネルギー 405 kcal タンパク 10.5 g 脂質 11.6 g 炭水化物 61.6 g 食塩相当量 1.5 g		エネルギー 457 kcal タンパク 11.8 g 脂質 11.9 g 炭水化物 72.8 g 食塩相当量 1.2 g				
	8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)		
	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
	① ごはん ② ごまさきみカツ ③ 牛焼肉 ④ プロコリサラダ ⑤ ほうれん草シューマイ ⑥ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ごま ③ 牛肉 玉ねぎ ビーマン ④ プロコリ 南瓜 人参 ⑤ 魚肉 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 ⑥ みかん	① ごはん ② ハンバーグ ③ 鶏肉とインゲンの甘辛炒め ④ 菜葉のゆず香え ⑤ イカフライ ⑥ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 鶏肉 玉ねぎ インゲン ④ 白菜 人参 ⑤ イカ ⑥ りんご	① 白米 発芽玄米 ② さば ③ ほうれん草 玉ねぎ 豚肉 ④ ごぼう 人参 絹さや ⑤ 鶏肉 おから ⑥ もも	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ③ ジャガ芋 豚肉 玉ねぎ こんにゃく ④ 菜葉のカレー炒め ⑤ 肉団子 ⑥ 人参かまぼこの煮付 ⑦ マンゴープリン	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ③ ジャガ芋 豚肉 玉ねぎ こんにゃく ④ ごまつな あげ もやし しめじ ⑤ 鶏肉 玉ねぎ 卵成分 乳成分 ⑥ 魚肉 人参 ほうれん草 ⑦ マンゴー 乳成分 寒天 ⑧ コーン	① ごはん ② コーンスリメンチカツ ③ ビビンバ ④ チョレギ風サラダ ⑤ 五目巾着の煮付 ⑥ ヤングコーンの塩焼 ⑦ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② コーン 鶏肉 牛肉 豚肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 豚肉 もやし チンゲン菜 人参 ④ キャベツ きゅうり ねぎ のり ⑤ 大豆 人参 しいたけ 里芋 ⑥ ヤングコーン ⑦ たけのこ かんぴょう ⑧ みかん		
	エネルギー 413 kcal タンパク 10.3 g 脂質 12.3 g 炭水化物 62.5 g 食塩相当量 1 g		エネルギー 405 kcal タンパク 10.8 g 脂質 9 g 炭水化物 67.3 g 食塩相当量 1.3 g		エネルギー 446 kcal タンパク 14.3 g 脂質 14.5 g 炭水化物 62.2 g 食塩相当量 1.6 g		エネルギー 380 kcal タンパク 10.7 g 脂質 8.2 g 炭水化物 64.4 g 食塩相当量 1.4 g		エネルギー 423 kcal タンパク 10.2 g 脂質 12.3 g 炭水化物 65.9 g 食塩相当量 1.2 g		
	15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		
	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
① ごはん ② 鶏肉のからあげ ③ ポロニーズセサミカツ ④ コーンとじゃが芋のコンソメ煮 ⑤ 星型しんじょの煮付 ⑥ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 ③ スパゲティ 玉ねぎ 人参 ④ グリンピース 豚肉 ⑤ ジャガ芋 玉ねぎ コーン 人参 ⑥ 豆腐 魚肉 玉ねぎ 人参 ⑦ 南瓜 ほうれん草 ブロッコリー ⑧ 豆乳 ⑨ もも	① ごはん ② とんかつ ③ 鶏肉とごぼうのしぐれ煮 ④ 菜葉とあけの煮物 ⑤ ウィンナー ⑥ ブロッコリーの煮付 ⑦ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② 豚肉 ③ ごぼう 人参 鶏肉 絹さや ④ ごまつな あげ 人参 ⑤ 鶏肉 ⑥ ブロッコリー ⑦ みかん	① カレーライス ② いちごゼリー	① 豚肉 人参 ジャガ芋 玉葱 チーズ 白米 発芽玄米 ② いちご果汁 水餃	① ごはん ② 花形お好み焼 ③ 豚肉と大根の甘辛煮 ④ 菜葉の煮付 ⑤ 鶏団子 ⑥ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② キャベツ 卵成分 ねぎ 小麦 ③ 大根 こんにゃく 人参 豚肉 ④ ほうれん草 玉ねぎ ⑤ 鶏肉 青のり ⑥ もも	① ごはん ② カレーのかぼ焼 ③ 鶏じゃが ④ インゲンのマヨサラダ ⑤ シューマイ ⑥ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② カレイ ③ 鶏肉 玉ねぎ 人参 ジャガ芋 ④ インゲン コーン 人参 卵不使用マヨネーズ ⑤ 玉ねぎ グリンピース 鶏肉 豚肉 卵成分 ⑥ りんご		
エネルギー 414 kcal タンパク 10.3 g 脂質 8.8 g 炭水化物 70.8 g 食塩相当量 1.8 g		エネルギー 375 kcal タンパク 9.5 g 脂質 8.6 g 炭水化物 61.9 g 食塩相当量 1.2 g		エネルギー 516 kcal たんぱく質 11.5 g 脂質 10.3 g 炭水化物 91.4 g 食塩相当量 2.3 g		エネルギー 398 kcal タンパク 9.3 g 脂質 9 g 炭水化物 66.6 g 食塩相当量 1.4 g		エネルギー 432 kcal タンパク 13.3 g 脂質 10.4 g 炭水化物 68.4 g 食塩相当量 1.7 g			
22日(月)		23日(火)				25日(木)		26日(金)			
献立名	材料名	献立名	材料名			献立名	材料名	献立名	材料名		
① ごはん ② 牛肉コロッケ ③ チンジャオロース風 ④ 大根ときゅうりの中華サラダ ⑤ 花型しんじょの煮付 ⑥ トマトかまぼこの煮付 ⑦ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② ジャガ芋 牛肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 豚肉 たけのこ ビーマン(緑・赤) ④ 大根 コーン きゅうり わかめ ⑤ 豆腐 魚肉 人参 玉ねぎ ⑥ 枝豆 豆腐 れんこん ひじき ⑦ 魚肉 野菜ペースト(トマト・ほうれん草) ⑧ バイン	① ごはん ② チーズ入りつくね ③ 豚肉と大根の炒め煮 ④ 千切大根のカレー煮 ⑤ とうもろこしのつまみ揚げ ⑥ もも缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 豚肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ ④ 千切大根 人参 あげ ⑤ コーン 魚肉 ⑥ もも			① ごはん ② のり巻からあげ ③ タコカルヒレ風 ④ 豆腐サラダ ⑤ かばやしシューマイ ⑥ みかん缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 のり ③ 鶏肉 玉ねぎ ニラ もやし ④ 豆腐 じゃこ きゅうり 人参 ⑤ 魚肉 かばやし 豆腐 ⑥ みかん	① ごはん ② あしの塩焼 ③ なすと豚肉の味噌炒め ④ コーンポテトサラダ ⑤ タコさんウィンナー ⑥ バイン缶	① 白米 発芽玄米 ② あじ ③ 豚肉 なす 玉ねぎ ④ ジャガ芋 コーン きゅうり 卵不使用マヨネーズ ⑤ 鶏肉 豚肉 ⑥ バイン		
エネルギー 384 kcal タンパク 8.7 g 脂質 8.4 g 炭水化物 66.3 g 食塩相当量 1.6 g		エネルギー 387 kcal タンパク 10.4 g 脂質 9.5 g 炭水化物 62.5 g 食塩相当量 0.9 g				エネルギー 409 kcal タンパク 13.4 g 脂質 11.1 g 炭水化物 61.5 g 食塩相当量 1.7 g		エネルギー 361 kcal タンパク 15.7 g 脂質 7.4 g 炭水化物 60 g 食塩相当量 1.2 g			
29日(月)		30日(火)									
		献立名	材料名								
		① ごはん ② ササミフライ ③ 豚肉とれんこんの旨煮 ④ きのこと菜葉の中華炒め ⑤ カレー大根の煮付 ⑥ りんご缶	① 白米 発芽玄米 ② 鶏肉 豚肉 玉ねぎ 乳成分 ③ 豚肉 れんこん 人参 玉ねぎ ④ しめじ キャベツ コーン ⑤ 大根 ⑥ りんご								
		エネルギー 365 kcal タンパク 11 g 脂質 5.7 g 炭水化物 65.4 g 食塩相当量 1 g									
ご入園、ご進級おめでとうございます				★4月…旬の食べ物★							
4月に入り、新たな環境での生活が始まりました。				たけのこ グリンピース							
緊張や不安などもあると思います。早寝早起きを心がけ				しいたけ いちご							
毎日食事をしっかり摂ることが元気な体をつくれます。				しらす さわら							
好き嫌いをたくさん食べて、友達と楽しく過ごせる一年にしましょう！				好き嫌いをなく食べて、元気な体を作りましょう！！							

※魚に関しましては、噛み砕ける程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。  
尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。