

給食献立表

2023年 4月分

大原西保育園

日	曜日	10時 (未満児)	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー	蛋白質	脂質	
1	土				入園式						
3	月	ヤクルト	菜めしご飯 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ 味噌汁	ソフトサラダ アップル&キャロット	ヤクルト とりもも肉 ハム 油揚げ かたくちいわし	いりごま 精白米 上白糖 マカロニ	菜めししょうが きゅうり にんじん こまつな	547	17.96	13.11	
4	火	ヤクルト	ご飯 鮭の照り焼き ジャーマンポテト ふりかけ 味噌汁	かっぱえびせん 麦茶	ヤクルト 生鮭 ベーコン かたくちいわし	精白米 じゃがいも 有塩バター	たまねぎ パセリ キャベツ にんじん えのきたけ	412	18.09	9.62	
5	水	ヤクルト	ご飯 マーボウ豆腐 拌三絲 スープ	オレンジゼリー せんべい	ヤクルト ぶたひき肉 木綿豆腐 ハム	精白米 調合油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 上白糖	ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが きゅうり にんじん カットわかめ 白菜	464	13.84	11.06	
6	木	牛乳	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	肉まん 麦茶	牛乳 なんと	うどん 調合油	にんじん ねぎ ごぼう 干しいたけ まこんぶ オレンジ	543	16.13	10.39	
7	金	牛乳	ハッシュドビーフ 大根サラダ スープ	ハーベスト ジョア	牛乳 豚小間肉 ハム ジョア	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ だいこん きゅうり にんじん こまつな コーン缶詰	504	13.73	15.67	
8	土	ヤクルト	ナポリタン オレンジ スープ		ヤクルト ベーコン 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉	にんじん たまねぎ ピーマン オレンジ コーン缶詰 こまつな	488	13.39	13.15	
10	月	牛乳	ご飯 コロッケ 野菜サラダ 味噌汁	フランクフルト 麦茶	牛乳 ハム 油揚げ かたくちいわし ポークフランク	精白米 調合油	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ	526	15.35	19.54	
11	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 ふりかけ 味噌汁	アスパラガス 麦茶	ヤクルト からすかはい 卵 さつま揚げ 油揚げ かたくちいわし	精白米 薄力粉 上白糖	パセリ 切干だいこん にんじん 干しいたけ 白菜 ぶなしめじ	507	19.49	9.88	
12	水	牛乳	わかめご飯 ボイルウィンナー 南瓜煮 味噌汁	ヨーグルト和え	牛乳 ポークウインナ 木綿豆腐 かたくちいわし ヨーグルト	精白米 いりごま 三温糖 上白糖	炊き込みわかめ かぼちゃ なめこ ねぎ パイナップル もも パナナ	526	17.87	16.84	
13	木	ヤクルト	味噌ラーメン 餃子 オレンジ	チーズ蒸しパン 牛乳	ヤクルト ぶたひき肉 牛乳 チーズ	ラーメン 調合油 ホットケーキミックス 上白糖	もやし いら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ 干しぶどう	558	19.27	18.90	
14	金	ヤクルト	ポークカレーライス 福神漬 ブロッコリー サラダ スープ	アンパンマンのソフトせんべい オレンジジュース	ヤクルト 豚小間肉 ハム 卵	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 福神漬 ブロッコリー きゅうり カットわかめ コーン缶詰	517	13.46	12.32	
15	土	ヤクルト	焼きそば パナナ スープ		ヤクルト 豚小間肉 なんと	焼きそば麺 調合油	キャベツ にんじん もやし パナナ カットわかめ ねぎ	428	11.15	11.17	
17	月	ヤクルト	ご飯 メンチカツ にしき和え 味噌汁	バームクーヘン 幼児牛乳	ヤクルト 卵 かたくちいわし 幼児牛乳	精白米 調合油	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ ぶなしめじ	489	15.60	14.28	
18	火	牛乳	ご飯 かじき煮 ポテトサラダ 味噌汁	サッポロポテト 麦茶	牛乳 めかじき ハム かたくちいわし	精白米 三温糖 じゃがいも	しょうが きゅうり にんじん キャベツ たまねぎ	424	15.02	11.33	
19	水	牛乳	焼肉丼 ひじきサラダ スープ	原宿ドック 麦茶	牛乳 豚もも肉 ちくわ なんと	調合油 精白米	たまねぎ もやし いら にんじん ひじき きゅうり カットわかめ	448	16.04	13.08	
20	木	ヤクルト	チャンポンうどん 揚げシュウマイ オレンジ	わかめおにぎり 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油 調合油 いりごま 精白米	にんじん たけのこ キャベツ もやし いら ねぎ オレンジ 炊き込みわかめ	666	17.94	11.43	
21	金	ヤクルト	ジャンバラヤ チーズサラダ 麦茶	雪の宿 白ぶどう&ほうれん草	ヤクルト ポークウインナ チーズ	調合油 精白米 上白糖 ごま油	たまねぎ ピーマン 赤ピーマン コーン缶詰 キャベツ きゅうり にんじん	415	6.65	8.79	
22	土	ヤクルト	カレーうどん オレンジ		ヤクルト 豚小間肉 油揚げ	うどん 片栗粉	たまねぎ にんじん オレンジ	505	11.30	12.21	
24	月	ヤクルト	ご飯 たらみそバター レタスサラダ ふりかけ スープ	カップケーキ 牛乳	ヤクルト たら 卵 牛乳	精白米 ホットケーキミックス 上白糖 調合油	レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな えのきたけ	469	19.25	10.37	
25	火	ヤクルト	チャーハン 餃子 オレンジ スープ	バナナ ヨーグルト	ヤクルト 焼き豚 なんと 卵 ヨーグルト	調合油 ごま油 精白米	にんじん ねぎ オレンジ カットわかめ コーン缶詰 白菜 パナナ	507	14.40	13.66	
26	水	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ 五色和え 味噌汁	星食べよ レアチーズ	牛乳 かつお節 油揚げ かたくちいわし 動物チーズ	精白米 調合油	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 だいこん	425	10.59	16.32	
27	木	ヤクルト	肉味噌スパゲティ オレンジ スープ	ミニたい焼き 麦茶	ヤクルト ぶたひき肉	スパゲティ 調合油 上白糖 片栗粉	たまねぎ にんじん あさつき オレンジ もやし いら しいたけ	462	18.74	8.39	
28	金	ヤクルト	ハヤシライス 海藻サラダ スープ	ハッピーターン 幼児ぶどう	ヤクルト 豚小間肉	調合油 精白米	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ グリーンピース 海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり こまつな コーン缶詰 ぶなしめじ 幼児ぶどう	488	9.45	14.19	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	472	14.36	12.32