

# 給食献立表

2024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	月	ヤクルト	ご飯 納豆 餃子 スティック胡瓜 スープ	肉まん 麦茶	ヤクルト 納豆 しらす干し かつお節 なんと	精白米 調合油	きゅうり カットわかめ ねぎ	500	19.09	12.26	
2	火	ヤクルト	ご飯 まぐろカツ 野菜サラダ ふりかけ 味噌汁	ハッピーターン 麦茶	ヤクルト めかじき 卵 角ハム かたくちいわし	精白米 パン粉 薄力粉 上白糖 調合油 観世ふ	キャベツ きゅうりにんじん 白菜	472	17.14	13.34	
3	水	牛乳	焼肉丼 ひじきサラダ スープ	バナナ ヨーグルト	牛乳 豚もも肉 ちくわ 卵 ヨーグルト	調合油 精白米	たまねぎ もやし なら にんじん ひじき きゅうり カットわかめ えのきたけ バナナ	474	18.11	11.63	
4	木	牛乳	チャンポンうどん スマイルポテト オレンジ	ミニたい焼き 麦茶	牛乳 豚小間肉 細切り蒲鉾	うどん ごま油 調合油	にんじん たけのこ キャベツ もやし なら ねぎ オレンジ	473	10.92	11.16	
5	金	ヤクルト	ドライカレーライス シーザーサラダ スープ	雪の宿 幼児ぶどう	ヤクルト ぶたひき肉 パルメザンチーズ	調合油 精白米 クルトン	たまねぎ にんじん セロリー 干しぶどう 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	567	15.66	18.43	
6	土				入園式						
8	月	牛乳	ご飯 メンチカツ 海藻サラダ 味噌汁	星食べよ オレンジジュース	牛乳 かたくちいわし	精白米 調合油 観世ふ	海藻ミックス カットわかめ レタス きゅうり コーン缶詰 たまねぎ にんじん	495	12.31	11.63	
9	火	ヤクルト	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根煮 味噌汁	ヨーグルト和え	ヤクルト からすかいかい 卵 さつま揚げ 油揚げ 木綿豆腐 かたくちいわし ヨーグルト	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 ねぎ カットわかめ パイナップル もも バナナ	432	19.40	5.81	
10	水	ヤクルト	ご飯 ツナキャベ春巻き レタスサラダ ふりかけ 味噌汁	アンパンマンのソフトせんべい 麦茶	ヤクルト ツナ 油揚げ かたくちいわし	精白米 春巻きの皮	キャベツ レタス きゅうり コーン缶詰 こまつな カットわかめ	400	12.21	9.44	
11	木	牛乳	スパゲティマトソース オレンジ スープ	さくらおにぎり 麦茶	牛乳 ツナ パルメザンチーズ 卵	スパゲティ 調合油 片栗粉 精白米	ぶなしめじ にんじん たまねぎ トマトホール缶 オレンジコーン缶詰 こまつな	484	15.46	7.91	
12	金	牛乳	ポークカレーライス 福神漬 大根サラダ スープ	さやえんどう 麦茶	牛乳 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米	たまねぎ にんじん 福神漬 だいこん きゅうり 白菜 えのきたけ コーン缶詰	438	11.04	13.25	
13	土	ヤクルト	塩焼きそば バナナ スープ		ヤクルト 豚ばら肉 卵	焼きそば麺 調合油 ごま油 片栗粉	キャベツ にんじん もやし なら バナナ あさつき	479	11.68	15.18	
15	月	牛乳	ご飯 かぼちゃひき肉フライ チーズサラダ 味噌汁	ハーベスト アップル&キャロット	牛乳 チーズ かたくちいわし	精白米 調合油 上白糖 ごま油	キャベツ きゅうりにんじん こまつな えのきたけ	518	10.07	16.24	
16	火	ヤクルト	わかめご飯 鮭のムニエル ポテトサラダ ジュリアンヌ・スープ	オレンジゼリー せんべい	ヤクルト 生鮭 角ハム	精白米 いらごま 薄力粉 有塩バター じゃがいも	炊き込みわかめ きゅうりにんじん キャベツ たまねぎ	430	15.67	8.84	
17	水	牛乳	ご飯 チキンティッカ ひじきのマリネ ふりかけ スープ	アンパンマン揚げせんべい 白ぶどう&ほうれん草	牛乳 とりもも肉 ヨーグルト 角ハム	精白米 上白糖 調合油	しょうが ひじき にんじん きゅうり 白菜 ぶなしめじ コーン缶詰	485	14.83	11.48	
18	木	ヤクルト	味噌ラーメン 餃子 オレンジ	チーズ蒸しパン 麦茶	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 なら にんじん しいたけ コーン缶詰 オレンジ 干しぶどう	522	16.95	15.22	
19	金	ヤクルト	ハッシュドビーフ ミモザサラダ スープ	おととつと 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 卵 角ハム	調合油 精白米 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ にんじん きゅうり キャベツ えのきたけ コーン缶詰	428	10.40	12.00	
20	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	
22	月	ヤクルト	ご飯 ハンバーグ キャベツとひじきのサラダ 味噌汁	サッポロポテト 麦茶	ヤクルト 牛乳 ツナ かたくちいわし	精白米 パン粉 調合油 観世ふ	たまねぎ キャベツ にんじん ひじき コーン缶詰 こまつな	437	14.46	12.53	
23	火	ヤクルト	ご飯 白身魚の味噌マヨ焼き 五色和え ふりかけ 味噌汁	黒糖蒸しパン 幼児牛乳	ヤクルト からすかいかい かつお節 かたくちいわし 牛乳 幼児牛乳	精白米 薄力粉 観世ふ ホットケーキミックス 黒砂糖 調合油	小松菜 もやし にんじん ぶなしめじ コーン缶詰 たまねぎ えのきたけ	541	21.97	12.40	
24	水	牛乳	菜めしご飯 ボイルウィンナー 南瓜煮 味噌汁	ミルクプリン 麦茶	牛乳 ポークウィンナー 木綿豆腐 かたくちいわし	いらごま 精白米 三温糖	菜めし かぼちゃ なめこ ねぎ	495	17.17	17.35	
25	木	牛乳	五目うどん 揚げシュウマイ オレンジ	焼きまんじゅう 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	498	13.28	8.60	
26	金	ヤクルト	コーンカレーライス 福神漬 ブロッコリーサラダ スープ	堅あげポテト 麦茶	ヤクルト 豚小間肉 角ハム	じゃがいも 調合油 精白米	コーン缶詰 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 白菜	430	10.27	13.83	
27	土	ヤクルト	わかめおにぎり ワンタンスープ オレンジ		ヤクルト なんと	いらごま 精白米	炊き込みわかめ 白菜 にんじん ねぎ 干しいたけ オレンジ	408	8.03	6.22	
30	火	牛乳	ご飯 かじきの竜田揚げ マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁	塩バナナクリームワッフル 麦茶	牛乳 メカジキ メカジキスティック竜田 角ハム 油揚げ かたくちいわし	精白米 マカロニ	きゅうりにんじん たまねぎ	445	18.49	11.11	
都合により、メニューを変更する場合があります。								月平均	454	13.92	11.56