



4がつこんだてひょう

H31. 3. 29 りきごうようちえん

にち	ようび	午前中おやつ	こんだてめい	おやつ	kcal 以上/未満児	あか		きいろ		みどり	
						ち・にく・ほねになる	ねつ、ちからになる	からだのちょうしよとどける			
1	げつ	ビスケット ぎゅうにゅう	やさしいカレー フルーツヨーグルト	きなこむしパン ぎゅうにゅう	262/525	ぶたミンチ スキムミルク ぎゅうにゅう きなこ ヨーグルト	こめ じゃがいも あぶら カレーウ さとう ミックスこ ビスケット	たまねぎ にんじん トマト バナナ りんご			
2	か	ウエハース ぎゅうにゅう	マーボとうふ パンサンデー	じゃことあおりの おやき ぎゅうにゅう	250/537	もめんとうふ ぶたミンチ みそ たまご のり ぎゅうにゅう しらすぼし	こめ ごまあぶら さとう みりん かたくりこ りよくとろはるさめ ウエハース	たまねぎ にんじん にんにく しょうが きゅうり			
3	すい	ヨーグルト	ホキのおきな ちゃんこじる フルーツ	ポパイパンケーキ ぎゅうにゅう	230/527	ヨーグルト ホキ あぶらあげ とりこく あつあげ みそ ぎゅうにゅう こんぶ	こめ さとう あぶら みりん ミックスこ	しょうが せんぎりだいこん にんじん だいこん かぼちゃ ごぼう ほししいたけ ねぎ バナナ ほうれんそう			
4	もく	せんべい ぎゅうにゅう	にらいたたまご とんじる ゼリー	市販のお菓子 ・ビスケット ヨーグルト フルーツ(バナナ)	244/474	たまご しらすぼし ぶたにく あつあげ みそ ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう さといも ゼリー ビスケット せんべい	にら だいこん にんじん ごぼう ほししいたけ ねぎ バナナ			
5	きん	フルーツ(バナナ) ぎゅうにゅう	けんちんに ももチーズのサラダ	やさしいポッキー ぎゅうにゅう	206/492	もめんとうふ ぶたミンチ チーズ ヨーグルト ぎゅうにゅう あおさ	こめ さといも あぶら さとう みりん こむぎこ かたくりこ	バナナ だいこん えのきたけ きゅうり あおさ にんじん もも			
6	ど	コーンフレーク ぎゅうにゅう	ロールパン ポテトのミートソースいため りんごサラダ	市販のお菓子 ・ビスケット ・クッキー ヨーグルト	375/483	ぎゅうミンチ ぶたミンチ ぎゅうにゅう ヨーグルト	ロールパン あぶら とうもろこし さとう ビスケット クッキー コーンフレーク じゃがいも	たまねぎ にんじん グリーンピース りんご きゅうり キャベツ レーズン			
8	げつ	ウエハース ぎゅうにゅう	さかなのカレーてんぷら コールスローサラダ かきたまじる	おじゃがもち ぎゅうにゅう	207/515	カレイ たまご チーズ ぎゅうにゅう あおさ スキムミルク	こめ こむぎこ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも ウエハース とうもろこし	キャベツ きゅうり にんじん もやし ほうれんそう あおさ えのきたけ			
9	か	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	みそやきにく ごまマヨあえ	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	241/508	ぶたにく みそ きなこ ぎゅうにゅう	こめ あぶら みりん さとう マヨネーズ ごま マカロニ ビスケット ごまあぶら	たまねぎ にんじん きゅうり ほうれんそう もやし			
10	すい	(始業式) ビスケット ぎゅうにゅう	こおりとうふのたまごとし ヨーグルトサラダ	あんまん ぎゅうにゅう	234/511	こおりとうふ ぶたにく たまご あんこ ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう みりん マヨネーズ さつまいも かたくりこ ビスケット ミックスこ	たまねぎ にんじん ねぎ しょうが きゅうり レーズン			
11	もく	フルーツ(りんご) ぎゅうにゅう	ホキのうめに かぼちゃのあまに のっぺいじる	市販のお菓子 ・あられ ・ビスケット ・クラッカー ぎゅうにゅう	207/511	ホキ とりこく ぎゅうにゅう	こめ さとう さといも かたくりこ あられ ビスケット クラッカー	ねりうめ かぼちゃ だいこん ごぼう にんじん ねぎ ほししいたけ りんご しょうが			
12	きん	コーンフレーク ぎゅうにゅう	ぶたにくじゃが ツナマヨサラダ	うめおにぎり ぎゅうにゅう	221/513	ぶたにく シーチキン しらすぼし ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら さとう みりん マヨネーズ ごま	たまねぎ にんじん もやし ほうれんそう ねりうめ			
13	ど	ビスケット ぎゅうにゅう	チーズサンド コーンチャウダー マカロニサラダ フルーツ	市販のお菓子 ・アスパラガスビスケット ・あられ ぎゅうにゅう	365/415	チーズ とりこく ぎゅうにゅう	しょくパン パター シチュールウ コーンクリーム マカロニ あぶら さとう ビスケット あられ	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり みかん バナナ			
15	げつ	(入園式) ウエハース ぎゅうにゅう	とりなはんぱんにゅうめん だいすつツナのサラダ	市販のお菓子 ・ビスケット ・クッキー ぎゅうにゅう	205/493	とりこく だいす シーチキン ぎゅうにゅう	こめ そうめん みりん かたくりこ とうもろこし さとう ごま ビスケット クッキー ウエハース	もやし たまねぎ にんじん ほししいたけ きゅうり りんご レモン ねぎ			
16	か	せんべい ぎゅうにゅう	おやこどん やさしいほいにくあえ ヨーグルトサラダ	ピザ ぎゅうにゅう	217/503	とりこく たまご シーチキン とりさきみ かつおぶし ヨーグルト チーズ ぎゅうにゅう	ながいも あぶら さとう パター ちゅうりきこ とうもろこし	たまねぎ えのきたけ きゅうり にんじん ピーマン こまつな ねりうめ トマト			
17	すい	ビスケット ぎゅうにゅう	さかなのムニエル トマトクリームソースかけ コーンとアスパラのソテー ポトフ	バナナケーキ ぎゅうにゅう	226/504	カレイ クリーム ウィンナー ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ あぶら パター じゃがいも ミックスこ とうもろこし	たまねぎ にんじん バナナ アスパラガス			
18	もく	フルーツ(りんご) ぎゅうにゅう	すきに おかかあえ	D-ポップ ぎゅうにゅう	200/491	ぎゅうにゅう あつあげ しらすぼし かつおぶし ぎゅうにゅう きなこ	こめ あぶら さとう みりん ミックスこ かたくりこ	りんご たまねぎ ねぎ しらすき にんじん もやし きゅうり			
19	きん	アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	ドライカレー ポテトサラダ いりこ	フルーツヨーグルト	220/471	ぎゅうミンチ チーズ ヨーグルト いりこ ぎゅうにゅう	こめ パター じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ にんじん にんにく トマト きゅうり バナナ みかん りんご			
20	ど	フルーツ(りんご) ぎゅうにゅう	ロールパン ホークビーンズ チーズサラダ ヨーグルト	市販のお菓子 ・ウエハース ・ビスケット ぎゅうにゅう	475/515	だいす ぎゅうミンチ ぶたミンチ チーズ ヨーグルト ぎゅうにゅう	ロールパン じゃがいも あぶら さとう かたくりこ マヨネーズ ウエハース ビスケット	バナナ たまねぎ にんじん フロッキー キャベツ きゅうり りんご グリーンピース			
22	げつ	いりこ(ビスケット) ぎゅうにゅう	ぶたにくはっぼうさい はるさめサラダ	かぼちゃのパンケーキ	201/477	ぶたにく いりこ ぎょくにソーセージ ぎゅうにゅう	こめ ごまあぶら マヨネーズ りよくとろはるさめ とうもろこし ごま さとう ミックスこ あぶら かたくりこ ビスケット	キャベツ たまねぎ だけのこ にんじん ほししいたけ しょうが きゅうり かぼちゃ			
23	か	ウエハース ぎゅうにゅう	いもに ひじきのごまあえ フルーツ	うめがえもち ぎゅうにゅう	203/507	ぎゅうにゅう スキムミルク ぎょくにソーセージ ひじき もめんとうふ こしあん ぎゅうにゅう	こめ さといも みりん さとう ごまあぶら とうもろこし ごま しらすだま ウエハース	こんにゃく ねぎ ごぼう えのきたけ にんじん きゅうり バナナ ひじき			
24	すい	(避難訓練①) アスパラガスビスケット ぎゅうにゅう	あげさかなのあまからに ごまみそサラダ せんぎりだいこんみそじる	2しょくフルーツ ぎゅうにゅう	219/443	ホキ シーチキン ヨーグルト みそ あつあげ ぎゅうにゅう	こめ こむぎこ かたくりこ あぶら みりん さとう ごま ごまあぶら ビスケット	きゅうり にんじん ごぼう せんぎりだいこん ねぎ えのきたけ いちご オレンジ			
25	もく	(子育て支援①) あられ ぎゅうにゅう	ビーフチュー りんごサラダ ヨーグルト	ミルクくずもち	220/504	ぎゅうにゅう ヨーグルト ぎゅうにゅう きなこ	こめ じゃがいも あぶら ハヤシルウ さとう かたくりこ あられ	たまねぎ グリーンピース きゅうり キャベツ レーズン にんじん りんご			
26	きん	(お見知り遠足) コーンフレーク ぎゅうにゅう	ジャムサンド ポタージュスープ コールスローサラダ ヨーグルト	市販のお菓子 ・クッキー ・ビスケット ぎゅうにゅう	355/471	ウィンナー ヨーグルト ぎゅうにゅう	しょくパン ジャム じゃがいも シチュールウ コーンクリーム さとう あぶら コーンフレーク	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり			
27	ど	ビスケット ぎゅうにゅう	ジャムサンド キャロットスープ チーズオムレツ	市販のお菓子 ・ウエハース ・ビスケット ・あられ ぎゅうにゅう	424/497	とりこく ぎゅうにゅう たまご チーズ	しょくパン ジャム じゃがいも パター こむぎこ あぶら さとう	にんじん たまねぎ しめじ ほうれんそう ミニトマト			

※ 上記以外の調味料で使用しているもの
 …す わふうだし とりがらスープもと ウスターソース ケチャップ しお こしょう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ カレーこ パブリカのごま めんつゆ コンソメ
 ドライイースト しるワイン あかワイン ココア
 ※ エネルギー表記は、以上児：昼食のみ、未満児：昼食+おやつ(午前中含む) です
 ※ 土曜日の給食では主食の提供をします
 ※ 献立の内容は、やむを得ず変更する場合があります。ご了承ください

