



4がつのこんだて



2024年度

いしだほいくえん

普通食

日にち	献立名	食 材	おやつ	日にち	献立名	食 材	おやつ
月 1 15	五目うどん 小松菜のツナ和え フルーツ	うどん・鶏肉・油揚げ・玉ねぎ・人参 ねぎ・しめじ・だし・醤油・みりん 小松菜・ツナ・人参 醤油 りんご	おこわ風炊き込み ご飯(おにぎり) 米・もち米・豚ミンチ 干椎茸・人参・砂糖・醤油	月 8 22	ごはん 豚の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁	ごはん 豚肉・玉ねぎ・生姜・醤油・みりん・酒 じゃが芋・きゅうり・人参・コーン マヨドレ 豆腐・ほうれん草・だし・みそ	ちんすこう 小麦粉 ラード・砂糖
火 2 30	ごはん みそつくね ごま酢和え すまし汁	ごはん 豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・白ねぎ 生姜・片栗粉・みそ・みりん キャベツ・人参・かにかま・ごま・酢・砂糖・醤油 ふ・えのき・ほうれん草・だし・醤油・みりん	クラッカーサンド クラッカー いちごジャム ブルーベリージャム	火 9 23	ごはん 鮭フライ 酢の物 すまし汁	ごはん 鮭・パン粉・小麦粉・豆乳・油・塩 キャベツ・ひじき・人参・油揚げ 酢・砂糖・醤油 玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし・醤油・みりん	りんごゼリー/煮干し りんごジュース・砂糖 ゼラチン /煮干し
水 3 17	ごはん サワラの照り焼き あらめ煮 みそ汁	ごはん サワラ・醤油・砂糖・みりん・酒・片栗粉 大豆・あらめ・人参 油揚げ・だし・醤油・砂糖・みりん じゃが芋・玉ねぎ・ねぎ・だし・みそ	小豆蒸しパン/昆布 小麦粉・ベーキングパウダー 小豆・砂糖・豆乳 油/昆布・油・塩	水 10 24	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	ごはん 豆腐・豚ミンチ・ねぎ・生姜・にんにく みそ・砂糖・醤油・片栗粉 きゅうり・もやし・人参・春雨・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 白菜・わかめ・中華だし・醤油	焼きそば 中華麺・ちくわ キャベツ・人参・もやし ソース・青のり
木 4 18	ごはん 絹揚げチャンフルー 添え野菜 みそ汁	ごはん 絹揚げ・豚肉・キャベツ・ピーマン 玉ねぎ・人参・醤油・中華だし・ごま油 スナップエンドウ・塩 南瓜・わかめ・だし・みそ	インフライポテト じゃが芋 塩・油	木 11 25	豆ごはん サバの塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁	ごはん・えんどう豆・塩・酒 サバ・塩 切干大根・人参・油揚げ・干し椎茸 いんげん・だし・醤油・砂糖・みりん 南瓜・玉ねぎ・だし・みそ	バナナケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー バナナ・砂糖・豆乳 油
金 5 19	ごはん 鶏のケチャップ炒め 春野菜サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉・玉ねぎ・にんにく・ケチャップ・砂糖 キャベツ・人参・アスパラガス・コーン 酢・砂糖・醤油・油 さつま芋・小松菜・だし・みそ	ココアパン ホットケーキミックス 豆腐・オリーブ油 ココア・砂糖	金 12 26	チキンカレー ごぼうサラダ フルーツ	ごはん・鶏肉・じゃが芋・南瓜 玉ねぎ・人参・カレールウ ごぼう・人参・きゅうり・コーン ごま・マヨドレ・砂糖・醤油 オレンジ	麩の青のり スナック 麩・青のり マヨドレ・塩
土 6 20	中華丼 中華スープ フルーツ	ごはん・豚肉・白菜・しめじ 玉ねぎ・人参・ピーマン 中華だし・オイスターソース・ごま油 もやし・油揚げ・ねぎ・中華だし・醤油 バナナ	おかし 煮干し ビスケット	土 13 27	ミートスパゲティ ピクルス コンソメスープ	スパゲティ・豚ミンチ・玉ねぎ・人参 マッシュルーム・洋風だし・ケチャップ きゅうり・人参・酢・砂糖・醤油 キャベツ・コーン・パセリ 洋風だし	おかし 昆布 せんべい
お 楽 し み 献 立 16	赤飯 鶏肉の天ぷら スティックきゅうり 春のすまし汁 フルーツ	米・もち米・小豆・塩・黒ごま 鶏肉・天ぷら粉・油・塩 きゅうり・塩 菜の花・かまぼこ・玉ねぎ・だし・醤油・みりん いちご	3色クッキー 小麦粉・ベーキングパウダー 砂糖・油 ココア・トマトペースト				

※おやつの際に牛乳を飲みます。★だしは、かつお・昆布でとっています。

栄養給と目標値

乳児420kcal・幼児570kcal

(完全給食 おやつを含む)

*やむをえずメニュー変更する

時があるかもしれません

今月のお楽しみ献立は、『入園・進級おめでとうメニュー』です。

赤飯は、日本のおめでたい日に食べる伝統的な料理です。