

令和6年 4月 給食献立表



社会福祉法人多摩養育園
光明第六保育園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1月	飲むヨーグルト、スティックにんじん	高野豆腐のそぼろ丼、わかめのみそ汁、ほうれん草のなめたけ和え、いちご	米、○メープルシロップ、砂糖	○牛乳、米みそ(赤色辛みそ)、凍り豆腐、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、なめたけ、さやえんどう、カットわかめ、◎にんじん	牛乳、メープル蒸しパン
2火	牛乳	クリームスパゲティ、えのきのスープ、パンパンジーサラダ、キウイフルーツ	スパゲティ、○米、三温糖、オリーブ油、○三温糖、○油	牛乳、ベーコン、米みそ(甘みそ)、鶏ささ身、○米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	キウイフルーツ、もやし、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、ほうれんそう、コーン缶、万能ねぎ、にんにく	ほうじ茶、五平餅
3水	豆乳、こんぶ	中華どんぶり、中華スープ、キャベツの中華風サラダ、パイナップル	米、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、豚肉(もも)、しらす干し、ごま、◎調製豆乳	パイナップル、たまねぎ、はくさい、チンゲンサイ、きゅうり、キャベツ、たけのこ、にんじん、干しいたけ、カットわかめ、しょうが、◎刻みこんぶ	牛乳、フルーチェ、マリー
4木	まめびよバナナ	カレーライス、福神漬、きのこスープ、ブロッコリーとカニカマサラダ、バナナ	米、○食パン、じゃがいも、○ノンマヨ、油	豚肉(もも)、○ツナ油漬缶、かにかまぼこ、ベーコン、○牛乳	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、えのきたけ、しめじ、しいたけ、コーン缶、福神漬	牛乳、ツナトースト
5金	飲むヨーグルト、スティックきゅうり	豆乳ロール、コンソメスープ(きやべつ)、チーズハンバーグ、コールスローサラダ、オレンジ	ロールパン、○米、パン粉、ノンマヨ、油、砂糖	豚ひき肉、牛乳、チーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、きゅうり、◎きゅうり	ほうじ茶、わかめおにぎり
6土	まめびよいちご	とん汁うどん、ブロッコリーのごま和え、ヨーグルト、グレープフルーツ	ゆでうどん、さといも、三温糖	○牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)、すりごま、◎調製豆乳	グレープフルーツ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、もやし、干しいたけ	牛乳、今川焼
8月	牛乳、スティックにんじん	散らし寿司、すまし汁(三つ葉)、さばの生姜焼き、もやしとニラの和え物(ハム)、いちご	米、○ホットケーキ粉、砂糖、○マーガリン、板こんにやく、小麦粉、○砂糖、油、焼ふ(板ふ)、ごま油	◎調製豆乳、さば、卵、○ハム、○チーズ、ハム、かまぼこ、油揚げ、でんぶ、ごま、◎牛乳	いちご、もやし、にら、にんじん、ごぼう、みつば、焼きのり、干しいたけ、しょうが、◎にんじん	豆乳、ハムのパンケーキ
9火	豆乳	五目ラーメン、ちくわ磯辺揚げ、きゅうりの黒ごまサラダ、キウイフルーツ	ゆで中華めん、○米、油、小麦粉、ごま油、○油	○牛乳、ちくわ、豚肉(もも)、○ベーコン、黒ごま、◎調製豆乳	キウイフルーツ、もやし、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー、○たまねぎ、にんじん、コーン缶、ねぎ、○たかな(たかな漬)、干しいたけ、あおのり	牛乳、高菜チャーハン
10水	まめびよバナナ、こんぶ	豚肉丼、みそ汁(じゃが芋)、わかめと豆腐のサラダ、オレンジ	米、○フランスパン、じゃがいも、しらたき、三温糖、○砂糖、ごま油	◎ヨーグルト(ドリンク)、木綿豆腐、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○バター、○きな粉	オレンジ、たまねぎ、トマト、にんじん、さやえんどう、カットわかめ、◎刻みこんぶ	飲むヨーグルト、きな粉ラスク
11木	野菜&フルーツ	黒糖ロール、コンソメスープ、かじきのピザ風焼き、トマトサラダ、バナナ	ロールパン、○フライドポテト、○油、○三温糖、	牛乳、○牛乳、かじき、○豆みそ、とろけるチーズ	クリームコーン缶、バナナ、トマト、たまねぎ、きゅうり、コーン(冷凍)、カットわかめ、◎野菜&フルーツ	幼児牛乳、味噌ポテト
12金	牛乳、スティックきゅうり	たけのこご飯、みそ汁(小松菜)、鶏肉のマーレード焼き、きゅうりとわかめの酢の物、パイナップル	米、○白玉粉、○油、砂糖	◎ヨーグルト(ドリンク)、鶏もも肉、○牛乳、木綿豆腐、かにかまぼこ、米みそ(赤色辛みそ)、○チーズ、油揚げ、◎牛乳	パイナップル、きゅうり、たけのこ、こまつな、たまねぎ、にんじん、マーレード、干しいたけ、カットわかめ、◎きゅうり	飲むヨーグルト、ボンデケーキ
13土	豆乳	焼肉スパゲティ、野菜スープ、ミモザサラダ、グレープフルーツ	○バターロール、スパゲティ、ノンマヨ、オリーブ油	○牛乳、卵、豚肉(ばら)、ハム、ベーコン、ごま、◎調製豆乳	グレープフルーツ、ブロッコリー、たまねぎ、チンゲンサイ、○いちごジャム・低糖度、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、葉ねぎ	牛乳、ジャムロールパン
15月	飲むヨーグルト、スティックにんじん	変わり二色どんぶり、わかめのみそ汁、ほうれん草のなめたけ和え、いちご	米、○メープルシロップ、三温糖	○牛乳、さけ(塩)、卵、米みそ(赤色辛みそ)、◎ヨーグルト(ドリンク)	いちご、ほうれんそう、えのきたけ、なめたけ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、カットわかめ、焼きのり、◎にんじん	牛乳、メープル蒸しパン
16火	牛乳	クリームスパゲティ、えのきのスープ、パンパンジーサラダ、キウイフルーツ	スパゲティ、○米、三温糖、オリーブ油、○三温糖、○油	牛乳、ベーコン、米みそ(甘みそ)、鶏ささ身、○米みそ(淡色辛みそ)、◎牛乳	キウイフルーツ、もやし、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、ほうれんそう、コーン缶、万能ねぎ、にんにく	ほうじ茶、五平餅
17水	豆乳、こんぶ	赤飯、豆腐すまし汁(ほうれん草)、鮭の西京焼き、キャベツの昆布和え、パイナップル	米、油、砂糖	さけ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、さざげ(乾)、ごま、◎調製豆乳	パイナップル、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、えのきたけ、塩こんぶ、◎刻みこんぶ	ほうじ茶、紅白まんじゅう
18木	まめびよバナナ	カレーライス、福神漬、きのこスープ、ブロッコリーとカニカマサラダ、バナナ	米、○食パン、じゃがいも、○ノンマヨ、油	豚肉(もも)、○ツナ油漬缶、かにかまぼこ、ベーコン、○牛乳	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、えのきたけ、しめじ、しいたけ、コーン缶、福神漬	牛乳、ツナトースト
19金	飲むヨーグルト、スティックきゅうり	豆乳ロール、コンソメスープ(きやべつ)、チーズハンバーグ、コールスローサラダ、オレンジ	ロールパン、○米、パン粉、ノンマヨ、油、砂糖	豚ひき肉、牛乳、チーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、きゅうり、◎きゅうり	ほうじ茶、わかめおにぎり
20土	豆乳	豚肉チャーハン、中華スープ、シュウマイ、ブロッコリーとエビの中華和え、グレープフルーツ	米、オリーブ油、ごま油	○牛乳、豚肉(ばら)、えび(むき身)、○ゆであずき缶、ごま、◎調製豆乳	グレープフルーツ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、しいたけ、ピーマン、にら、あおのり	牛乳、あんドーナツ
22月	牛乳、スティックにんじん	ゆかりご飯、すまし汁(三つ葉)、さばの生姜焼き、もやしとニラの和え物(ハム)、いちご	米、○ホットケーキ粉、○マーガリン、小麦粉、○砂糖、油、焼ふ(板ふ)、砂糖、ごま油	◎調製豆乳、さば、○ハム、○チーズ、ハム、かまぼこ、ごま、◎牛乳	いちご、もやし、にら、にんじん、みつば、しょうが、◎にんじん	豆乳、ハムのパンケーキ
23火	豆乳	五目ラーメン、ちくわ磯辺揚げ、きゅうりの黒ごまサラダ、キウイフルーツ	ゆで中華めん、○米、油、小麦粉、ごま油、○油	○牛乳、ちくわ、豚肉(もも)、○ベーコン、黒ごま、◎調製豆乳	キウイフルーツ、もやし、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー、○たまねぎ、にんじん、コーン缶、ねぎ、○たかな(たかな漬)、干しいたけ、あおのり	牛乳、高菜チャーハン
24水	まめびよバナナ、こんぶ	豚肉丼、みそ汁(じゃが芋)、わかめと豆腐のサラダ、オレンジ	米、○フランスパン、じゃがいも、しらたき、三温糖、○砂糖、ごま油	◎ヨーグルト(ドリンク)、木綿豆腐、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、○バター、○きな粉	オレンジ、たまねぎ、トマト、にんじん、さやえんどう、カットわかめ、◎刻みこんぶ	飲むヨーグルト、きな粉ラスク
25木	野菜&フルーツ	黒糖ロール、コンソメスープ、かじきのピザ風焼き、トマトサラダ、バナナ	ロールパン、○フライドポテト、○油、○三温糖、三温糖、黒砂糖	牛乳、○牛乳、かじき、○豆みそ、とろけるチーズ	クリームコーン缶、バナナ、トマト、たまねぎ、きゅうり、コーン(冷凍)、カットわかめ、◎野菜&フルーツ	幼児牛乳、味噌ポテト
26金	牛乳、スティックきゅうり	クロワッサン、かぶのスープ、ポークビーンズ、アスパラサラダ、パイナップル	クロワッサン、じゃがいも、フレンチドレッシング(乳化型)、油、砂糖	豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、ベーコン、バター、◎牛乳	パイナップル、グリーンアスパラガス、かぶ、にんじん、ホルムト缶詰、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、カットわかめ、パセリ、◎きゅうり	ほうじ茶、ケーキ
27土	豆乳	肉すきうどん、チキンナゲット、ほうれん草ときのこのサラダ、グレープフルーツ	○焼きおにぎり、ゆでうどん、三温糖	チキンナゲット、豚肉(もも)、ベーコン、◎調製豆乳	グレープフルーツ、ほうれんそう、はくさい、しめじ、にんじん、ねぎ、コーン(冷凍)、ごぼう、えのきたけ	ほうじ茶、焼きおにぎり
29月	昭和の日					
30火	まめびよいちご	ドライカレー、牛乳、きゅうりとホタテのサラダ、バナナ	○食パン、ノンマヨ、油、小麦粉、砂糖	牛乳、◎ヨーグルト(ドリンク)、豚ひき肉、ほたて貝柱水煮缶、○ハム、○とろけるチーズ、粉チーズ、◎調製豆乳	バナナ、たまねぎ、トマト、にんじん、きゅうり、ピーマン、干しぶどう、コーン(冷凍)、にんにく、しょうが	飲むヨーグルト、ハムチーズトースト

☆ 一日あたりの平均給与量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	
3歳以上児	505kcal	19.0g	17.1g	177mg	2.0mg	157μg	0.35mg	0.34mg	43mg
3歳未満児	459kcal	17.6g	16.0g	208mg	2.1mg	140μg	0.30mg	0.30mg	32mg

* 食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承下さい *



入園・進級おめでとうございます。
 衛生面に気を付けて安心・安全な給食づくりをしていきます。年間よろしくお祈りします。
(今月の行事食・食育)
 01日 精進料理
 04日 入園式
 17日 創立記念日メニュー
 26日 誕生日会

