



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
1	月	はっこうにゅう	ごはん とうふのすましじる さわらのしょうがあん	あつあげとやさいのもの 1:こうはくゼリー 15:オレンジゼリー	カップケーキ ぎゅうにゅう	こめ はくさい とうふ ねぎ しょうゆ さわら しょうが さけ みりん あぶら なまあげ とりにく にんじん いんげん しいたけ さとう しお 1:こうはくゼリー 15:ゼリー カップケーキ ぎゅうにゅう	はいがクッキー むぎちや
2	火	かぼちゃポーロ ぶどうジュース	ハヤシライス かぶのスープ	パンパンジーぶうキャロットサラダ あまなつ	マカロニきなこ むぎちや	こめ むぎ ぶたにく たまねぎ にんにく しょうが あぶら バター とまねぎ ケチャップ ソース あかワイン グリーンピース ローリエ ガラ しいたけ かぶ ベーコン ほうれんそう いんげん コーン パンパンシードレッシング あまなつ マカロニ きなこ さとう むぎちや マッシュルーム	ミニわかめちゃん ビーチゼリー
3	水	のむヨーグルト	たけのごはん ちんげんさいのみそじる ししゃも(1さいまではかれない)	にびだし りんごかん	コーンフレークの ミルクかけ	こめ たけのこ あぶらあげ あぶら さとう しょうゆ しお さけ ちんげんさい たまねぎ みそ ししゃも かれい もやし こまつな しめじ りんごかん コンフレーク ぎゅうにゅう	もちもちチーズパン むぎちや
4	木	グレープゼリー	キャロットしょくパン コーンチャウダー てりやきチキン	ほうれんそうのごまサラダ ミックスピーチ	おはぎ(くろごま) むぎちや	キャロットしょくパン とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ パセリ コーンペースト パター あぶら こむぎこしお ぎゅうにゅう ガラ なまクリーム みりん しょうが しょうゆ ほうれんそう キャベツ パプリカ こまつな しいたけ りんごかん おとうかん もちこめ こめ くらごま さとう むぎちや	ベジタブルせんべい プリン
5	金	ヨーグルト	いりこなめし にらたまスープ ミートボールのあまからあん	もやしとのらぼうのちゅうかだれ あまなつ	たまごまる ぎゅうにゅう	こめ いりこなめし たまご にら ねぎ しょうゆ ガラ ミートボール さとう でんぷん のらぼう もやし パプリカ ちゅうかだレッシング あまなつ たまごまる ぎゅうにゅう	クラッカー やさいジュース
6	土	かし むぎちや	しおラーメン しんじゃがとツナのもの みかんかん	さつまいもパン ゼリー ぎゅうにゅう	ラーメン ぶたにく ねぎ もやし にんじん きくらげ にんにく しょうが にら しお こまあぶら ガラ たまねぎ じゃがいも いんげん ツナ しょうゆ さとう みかんかん さつまいもパン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト	
8	月	オレンジゼリー	ごはん じゃがいもとたまねぎのみそじる さかなのしおこうじやき	ひじきのいために はくとうかん	こめこのにんじん ケーキ のむヨーグルト	こめ じゃがいも たまねぎ わかめ みそ かれい しおこうじ ひじき にんじん いんげん あぶら さとう しょうゆ あぶらあげ はくとうかん にんじんペースト こめ ベーキングパウダー とうにゅう のむヨーグルト	きなこぼう むぎちや
9	火	とっとちゃん せんべい むぎちや	ちゃんこうどん ごまとみそソースのオープンやきとり	だいごんのおかかサラダ りんごかん	わかめおにぎり むぎちや	うどん とりにく かまぼこ にんじん だいごん しいたけ みそ はくさい ねぎ こまつな しょうゆ さとう さけ ねりごま あぶら キャベツ パプリカ いしけずり わふうドレッシング りんごかん こめ こま わかめ のり むぎちや	えいじビスケット やさいジュース
10	水	プリン	キラキラピラフ はくさいスープ さけのしおやき	もやしのサラダ ほんかん	フルーツの ヨーグルトかけ あじつけこざかな	こめ ハム パター たまねぎ グリーンピース しお パプリカ コーン はくさい こまつな とりにく ガラ さけ もやし いんげん こまつなレッシング ほんかん ヨーグルト さとう みかんかん おとうかん りんごかん ハイナップルかん	わふうポテト むぎちや
11	木	はっこうにゅう	うめちりめんごはん としる とりにくのマーマレードやき	ごまびだし ビーチゼリー	ワンタンスープ	こめ うめちりめん ぶたにく にんじん だいごん じゃがいも とうふ こんにやく ねぎ みそ とりにく マーマレード にんにく しょうゆ しょうが あぶら ビーチゼリー ワンタン もやし にら こまゆ	クラッカー オレンジジュース
12	金	チーズ ぶどうジュース	むぎごはん はるキャベツとふのみそじる ぶたのしょうがやき	こうやどうふとにんじんのもの かわちばんかん	オレンジプリオッシュ ぎゅうにゅう	こめ むぎ はなはな キャベツ たまねぎ みそ ぶたにく みりん しょうゆ しょうが さけ あぶら とりにく こうやどうふ にんじん しいたけ いんげん さとう かわちばんかん オレンジプリオッシュ ぎゅうにゅう	ベジタブルせんべい むぎちや
13	土	かし むぎちや	わふうスパゲティ はるやさいのスープ おとうかん	ウィンナーパン ゼリー ぎゅうにゅう	スパゲティ ベーコン たまねぎ しめじ こまつな しょうゆ しお こしょう オリーブ油 にんにく パター とりにく じゃがいも ちんげんさい にんじん ガラ おとうかん ウィンナーパン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト	
20	土	かし むぎちや	とりななばんうどん なべしぎ みかんかん	クリームパン ゼリー ぎゅうにゅう	うどん とりにく ちくわ にんじん しいたけ たまねぎ わかめ しょうゆ みりん しお でんぷん いんげん あかみそ ぶたにく なす ビーマン さとう あぶら みりん みかんかん クリームパン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト	
27	土	かし むぎちや	しょうゆラーメン ぶたにくとセロリのソテー はくとうかん	メロンパン ゼリー ぎゅうにゅう	ラーメン あぶら やきぶた ちんげんさい キャベツ もやし にんじん にら しお しょうゆ こまあぶら ねぎ ガラ ぶたにく しょうが セロリ しめじ さけ でんぷん はくとうかん メロンパン ゼリー ぎゅうにゅう	かし ヨーグルト	

*材料の都合で、献立を変更することがあります。今年度も安全で美味しい給食づくりに努めていきたいと思っております。ご家庭と協力しながら、「こどもたちの成長」と「食を営む力」を育むお手伝いできればと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

《3歳以上児》			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	593Kcal	22.0g	15.5g
園の目標値	575Kcal	22.0g	18.0g
《3歳未満児》			
	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	548Kcal	20.8g	13.1g
園の目標値	540Kcal	21.0g	17.0g

献立

旬の食材を使った
和食中心の
メニュー

おやつ

からだとこころ
の栄養

行事食

季節を感じ、
食文化を
知る

クッキング

自分で野菜を栽培
したり、調理する
喜びを味わう

給食の手伝い

野菜の皮をむいて、
給食づくりに
参加

マナー

あいさつや食事の
姿勢、箸の持ち方
を学ぶ

入園・進級
おめでとうございます!

4月は新しい生活のスタートの月ですね。

新しい部屋、新しい友達に子どもたちはドキドキです。環境の変化で体に疲れがたまりやすい時なので、しっかりと朝ごはんを食べて、元気に登園しましょう。



