

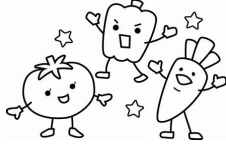


2024年 4月給食献立表



立花ひよこ保育園

	(月) 1	(火) 2, (月) 22	(水) 3, 17	(木) 4, 18	(金) 5, 19	(土) 6, 20
昼食	春のちらしごはん 鮭/人參 20/10 コーン 5 有機米 50 菜の花 10 のり 適量 塩 少々 ひじきの炒り煮 3 人參/新ごぼう 8 糸こんにゃく 8 うすあげ 5 スナッフえんどう 3 しょうゆ/砂糖 3/1 豚汁 15/5 大豆/人參 10/8 豚肉/新じゃが芋 10 生椎茸 5 青ねぎ 2 麦みそ 4	かき揚げ あみえび 1 菜の花 8 新玉ねぎ 25 人參/さつま芋 15/20 薄力粉 10 塩/こめ油 少々 ごま酢和え 3 チンゲン菜 30 切干大根 2 人參/しょうゆ 5/2 みりん/酢 1/2 ごま 1 若竹汁 5 筍 5 生わかめ 3 しょうゆ/塩 1/0.1 五穀ごはん 50 有機米 50	鶏じゃが 新じゃが芋 40 鶏肉 30 えんどう豆 5 人參/新玉ねぎ 15 しょうゆ/みりん 2/1 酒/砂糖 1/0.5 生わかめ 10 人參/ツナ 10/5 きゅうり 20 豆乳マヨネーズ 4 みそ汁 20 えのき 10 小松菜 5 麦みそ 5 ふきごはん 5/3 ふき/うすあげ 2 みりん/塩 1/少々 有機米 45	ポーク 豚肉 10 ビーンズ 30 大豆/人參 25 新玉ねぎ 25 いんげん 5 ケチャップ 3 トマトピューレ 3 砂糖/コンソメ 2/適量 小松菜 25 チンゲン菜 20 えのき 20 のり 適量 しょうゆ 2 みそ汁 10 白菜 10 もやし 10 麦みそ 5 ごはん 50 有機米 50	鯖の香味焼き 鯖 40 生姜/にんにく 適量 酒/塩 1/少々 しょうゆ/みりん 1.5/1 スナッフえんどう 1本 つけ合わせ 3 切干大根の炒り煮 3 切干大根 5 人參/干し椎茸 10/0.3 こんにゃく 6 うすあげ 5 しょうゆ/砂糖 3/1 みりん/こめ油 1 みそ汁 20 キャベツ 1 麩 1 麦みそ 5 みそ汁 5 わかめ 0.5 麩 1 麦みそ 5	中華丼 有機米 50 豚肉 20 白菜 20 人參/新玉ねぎ 10 チンゲン菜 10 生椎茸 5 しょうゆ 2 塩/こしょう 少々 片栗粉 1 ごま油 0.5 さつま芋 30 わかめ 0.5 麩 1 麦みそ 5
	紅白 薄力粉/いちご 25/5 蒸しパン 5/15 砂糖/牛乳 B, P 0.5	マカロニ マカロニ 15 きな粉 4 砂糖 3	おから おから 10 薄力粉 20 B.P 0.5 砂糖/こめ油 5 りんご 5	あみめし あみえび 2 おにぎり 2 しょうゆ 2 塩 少々 果物 30 有機米 20 あみえび 2 しょうゆ 2 塩 少々 果物 30 有機米 20	恐竜の卵 白玉粉 15 上新粉 5 黒砂糖/こめ油 5/2 B, P 0.5 ゼミノール 0.5	自然食品菓子 牛乳
	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳
	(月) 8, (木) 25		(水) 10, 24	(木) 11, (火) 23	(金) 12	(土) 13, 27
昼食	肉じゃが 牛肉 15 新じゃが芋 40 玉ねぎ/人參 30/15 糸こんにゃく 20 いんげん 5 しょうゆ/みりん 2/1 砂糖/こめ油 1 プロッコリーのわかめ和え 50 プロッコリー 0.3 かつお節 1 しょうゆ 1 みそ汁 25 えのき 0.1 わかめ 4 麦みそ 4 ごはん 55 有機米 55	チキン 鶏手羽中 2本 スペアリブ 2 しょうゆ 2 砂糖 1 オイスターソース 0.5 にんにく 少々 塩/こしょう 20 新じゃが芋 10 マカロニ 10 コーン/人參 10/5 春キャベツ 10 プロッコリー 10 豆乳マヨネーズ 5 塩 少々 みそ汁 15 ほうれん草 1/5 麩/しめじ 5 麦みそ 5 有機米 50 ごはん 30 梅おから 1 おにぎり 1 かつお節 適量 果物 1 いちご 1	マーボー豆腐 豚ミンチ/豆腐 20/50 長ねぎ 10 えのき/えんどう豆 15/3 にんにく/生姜 少々 赤みそ/みりん 3/1 オイスターソース/しょうゆ 1/2 片栗粉/こめ油 1/0.5 キャベツのナムル 40 人參/もやし 10/15 わかめ 0.1 ごま/ごま油 1 しょうゆ/塩 1/0.2 ずまし汁 25 大根 10 チンゲン菜 10 しょうゆ/塩 1/0.1 五穀ごはん 適量 有機米 50 ごはん 60 新じゃが芋 10 青のり 10 塩/こめ油 少々/3 果物 1 清美オレンジ 1	鮭フライ 鮭 40 塩/こしょう 少々 薄力粉/パン粉 3/8 こめ油 5 つけ合わせ 10 ネ/バナ/あえ 10 にら/もやし 8/10 人參 8 春キャベツ 15 きゅうり 10 しょうゆ 1 塩 少々 春雨スープ 5/3 春雨/ハム 10 新玉ねぎ 8 ほうれん草 8 コンソメ 適量 塩/しょうゆ 0.1/1 有機米 50 ごはん 20 上新粉 10 小豆 1枚 桜の葉塩漬け 5/8 いちご/砂糖 5/8 りんご 1 牛乳	煮込みうどん うどん 30 豚肉 20 白菜 15 生椎茸 5 大根 8 長ねぎ 5 人參 8 みず菜 5 しょうゆ 2 みりん 1 塩 少々 粉ふき芋 50 じゃが芋 適量/少々 青のり/塩 10/1 えのき/ごま 10/1 しょうゆ 1	自然食品菓子 牛乳
	おやつ		梅おから おにぎり	ポテトフライ 新じゃが芋 60 青のり 10 塩/こめ油 少々/3 果物 1 牛乳 1	桜もち 上新粉 20 小豆 10 桜の葉塩漬け 1枚 いちご/砂糖 5/8 りんご 1 牛乳	
	果物 牛乳		果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳



※分量は、幼児の予定可食量です。乳児は幼児の予定可食量×0.9として計算します。 ※果物は、入荷時期などによって変更があります。  
 ※五穀ごはんに入っている五穀(もちきび・もちあわ・はとむぎ・大麦・アマランサス)は、ビタミン、ミネラル、鉄分、カルシウムが豊富です。  
 ※9日(火)の昼食は、ハンバーグ(つけ合わせ プロッコリー)・人參サラダ・みそ汁(人參・玉ねぎ)・五穀ごはんのリクエストになります。おやつは、ごまブリッツ・みかん・牛乳 です。  
 ※15日(月)の昼食は、オレンジ煮・ポテトサラダ・ずまし汁(豆腐・わかめ)・人參ごはんのリクエストになります。おやつは、みそ蒸しパン・りんご・牛乳 です。  
 ※16日(火)の昼食は、ノルマンディ(つけ合わせ 春雨)・人參サラダ・ずまし汁(玉ねぎ・かぼちゃ)・五穀ごはんのリクエストになります。おやつは、マカロニきな粉・甘夏・牛乳 です。  
 ※26日(金)の昼食は、ハンバーグ(つけ合わせ プロッコリー)・しゃきしゃきサラダ・みそ汁(さつま芋・わかめ)・五穀ごはんのリクエストになります。おやつは、ごまブリッツ・甘夏・牛乳 です。  
 ※30日(火)の昼食は、ノルマンディ(つけ合わせ 人參)・春雨サラダ・ずまし汁(長芋・わかめ・麩)・ごはんのリクエストになります。おやつは、みそ蒸しパン・りんご・牛乳 です。