

令和3年 4月給食献立表♪

日曜日	おかず	デザート	材料の種類と働き			栄養量 エネルギー kcal	
			おもに血や肉、骨を作る あか	おもに熱や力となる きいろ	おもに体の調子を整える みどり		
6 火	愛情弁当の日						
7 水	豚の生姜炒め	みかん	豚肉	サラダ油,片栗粉	玉葱,赤ピーマン,しょうが		194
	切干大根のとささみのサラダ		とりささみ	砂糖	切干大根,胡瓜,人参		
	かぼちゃの煮物			砂糖	南瓜		
	チヂミ		小麦粉,片栗粉	にら			
	豆腐の五目スープ		豆腐,豚肉	片栗粉	竹の子,えのきたけ,ねぎ	みかん	
8 木	れんこんのはさみ揚げ	りんごのコンポート	鶏ミンチ, 豚ミンチ	小麦粉, パン粉, サラダ油	れんこん	165	
	大豆の磯煮		大豆,ひじき,鶏肉	こんにゃく,サラダ油,砂糖	ごぼう,人参,枝豆		
	スパゲティサラダ		ハム	スパゲティ,マヨネーズ	人参,胡瓜		
	竹輪の醤油がらめ		竹輪		りんごのコンポート		
9 金	ポトフ煮	黄桃	じゃがいも	じゃがいも, サラダ油	ブロッコリー	171	
	えびマヨ		えび,牛乳	小麦粉, 片栗粉, サラダ油, マヨネーズ, 砂糖	レモン汁		
	ほうれん草のサラダ		ほうれん草	サラダ油	ホウレン草,人参,玉葱		黄桃
12 月	カレーコロッケ	フルーツカクテル		じゃがいも, 小麦粉, パン粉, サラダ油		120	
	コールスローサラダ		ハム	ドレッシング	キャベツ, 胡瓜, 大根, 人参, コーン		
	切干大根の炒め煮		豚肉	サラダ油	切干大根, 人参, さやいんげん, 椎茸		
	高野豆腐のオランダ煮		高野豆腐, かにかま	片栗粉, サラダ油, ごま油	ねぎ, しょうが, グリンピース		フルーツミックス
13 火	愛情弁当の日						
14 水	ハムカツ	洋ナシ	ハム	小麦粉, パン粉, サラダ油		177	
	キャベツサラダ			ドレッシング	キャベツ		
	筑前煮		鶏肉	こんにゃく, 砂糖, サラダ油	れんこん, 人参, ごぼう, 竹の子, 椎茸, さやいんげん		
	ミンチカレー		豚ミンチ	じゃがいも, サラダ油, 砂糖	玉葱, 人参, グリンピース, にんにく, しょうが		
	おすいもの	わかめ	麩	えのきたけ, 小ねぎ	洋なし		
15 木	デミソースハンバーグ	チーズ	鶏ミンチ, 豚ミンチ	パン粉	マッシュルーム, グリンピース	137	
	マカロニソテー			マカロニ, オリーブ油			
	うずらの卵フライ		うずらの卵	小麦粉, パン粉, サラダ油			
	わかめの酢物		わかめ, ちりめんじゃこ	胡麻, 砂糖	チーズ		胡瓜
16 金	煮魚	うぐいす豆	さば	砂糖		174	
	里芋煮			さといも, 砂糖	人参		
	野菜のごまあえ			胡麻, 砂糖	小松菜, 人参		
	おから煮しめ		おから, さつま揚げ	サラダ油, 砂糖	うぐいす豆		人参, ごぼう, 玉葱, 小ねぎ
19 月	鶏のうまから揚げ	黄桃	鶏肉	片栗粉, サラダ油	しょうが	232	
	ゆでとうもろこし				とうもろこし		
	ツナごぼうサラダ		ツナ	マヨネーズ	ごぼう, 胡瓜, 人参, コーン		
	茎わかめのきんぴら		茎わかめ, さつまあげ		にんじん		黄桃
20 火	愛情弁当の日						
21 水	チキンソテーのオーロラソース	パイ	鶏肉	サラダ油	玉葱, しめじ, グリンピース, トマト缶	278	
	ウィンナー		ウィンナー				
	ツナじゃが煮		ツナ	じゃがいも	人参, 枝豆		
	マカロニサラダ		ハム	マカロニ, マヨネーズ	人参, 胡瓜		
	豚汁	豚肉, 薄揚げ, みそ	サラダ油, さといも, こんにゃく	ごぼう, 人参, 大根, ねぎ	パイ		
22 木	さかなのカレー焼き	みかん	さば			128	
	ビーフン炒め		豚肉	ビーフン, サラダ油	ホウレン草, 玉葱, 人参, さくらげ		
	イタリアンサラダ		ハム	ドレッシング	ブロッコリー, キャベツ, 赤ピーマン		
	とうもろこしの香り揚げ		魚のすり身	小麦粉, 片栗粉, サラダ油	とうもろこし		みかん
23 金	えびカツ	チーズ	えび, 魚のすり身	小麦粉, パン粉, サラダ油		166	
	もやしのナムル風			ごま油, 胡麻	もやし, 人参		
	スクランブルエッグ		たまご	サラダ油	人参, コーン, グリンピース, 玉葱		
	ラタトゥーユ		ベーコン	じゃがいも, オリーブ油	さやいんげん, にんにく, トマト缶		
26 月	魚のから揚げ甘辛ソース	りんごのコンポート	鯖	小麦粉, 片栗粉, サラダ油		200	
	野菜のおかかマヨ和え		削り節	マヨネーズ	小松菜, 人参, もやし		
	ミートボール煮		ミートボール	砂糖			
	きんぴらごぼう		豚肉	胡麻, サラダ油, 砂糖	ごぼう, 玉葱, 枝豆		りんごのコンポート
27 火	保育参観の為、午前中保育						
28 水	韓国風焼肉	フルーツ杏仁	豚肉, テンメンジャン	サラダ油	玉葱, 人参, キャベツ, さやいんげん, しょうが	194	
	枝豆				枝豆		
	バンバンジー		とりささみ	ドレッシング	胡瓜, もやし, 人参		
	春雨の炒め物		豚ミンチ	春雨, サラダ油	人参, かつお菜, ねぎ, 生姜		
	厚揚げのみそ汁		薄揚げ, みそ	杏仁豆腐	もやし, 小松菜, ねぎ	フルーツミックス	
29 木	昭和の日(お休み)						
30 金	ポークのナッツ炒め	わらびもち	豚肉, テンメンジャン	かぶナッツ, ごま油, 片栗粉	竹の子, 赤ピーマン, かつお菜, にんにく	197	
	チキンナゲット		チキンナゲット	サラダ油			
	ごまじゃこサラダ		ハム, ちりめんじゃこ	胡麻, ごま油	大根, 胡瓜, 人参		
	根菜の炒め煮		牛肉	きなこと	こんにゃく, サラダ油		わらびもち, 砂糖

*仕入れの都合により、材料が一部変わることがあります。

※お願い

・お弁当のおかずに使う、つまようじやピックは誤飲や口の中を刺したり、他の子に刺さったりする危険性がありますので、入れないでください。
また、ミニトマトやブドウなども丸のままですと危険ですので、カットするなどの対応をしようえて、お入れください。よろしくお願いします。