



4月給食献立表



※表に記載している  は午前中飲むものです。
※  は手作りおやつです。

日	曜日	乳	献立	食品材料名
1	火		コーンカレー ブロッコリーのおこんぶあえ くだもの	合挽肉・人参・玉ねぎ・コーン・じゃが芋・マッシュルーム・カレールー ブロッコリー・人参・竹輪・塩昆布 オレンジ
2	水	スキム ミルク	にくじゃが こまつなとあぶらあげのおひたし くだもの ヨーグルト	牛肉・竹輪・人参・いんげん・玉ねぎ・じゃが芋・糸こんにゃく 小松菜・人参・油揚げ バナナ スキムミルク
3	木		とりのからあげ ポテトサラダ コンソメスープ くだもの もちもちチーズパン	鶏もも肉・生姜・片栗粉 ハム・じゃが芋・人参・きゅうり・マヨネーズ ブロッコリー・新玉ねぎ バナナ 白玉粉・粉チーズ・牛乳
4	金	スキム ミルク	あかうおのにつけ はるさめのちゅうかサラダ すましじる くだもの	赤魚・生姜 ハム・春雨・人参・きゅうり・わかめ・卵・ごま 大根・しめじ バナナ
5	土	入 園 式		
6	日			
7	月	スキム ミルク	チンジャオロース きりぼしだいこんのちゅうかうサラダ ちゅうかスープ くだもの	牛肉・人参・ピーマン・もやし・筍・玉ねぎ 切干大根・きゅうり・人参・かにかま・わかめ 新玉ねぎ・しめじ バナナ
8	火		さばのしおやき はるやさいのいためもの みそしる くだもの	鯖 ベーコン・春キャベツ・ピーマン・新玉ねぎ・人参・しめじ・さやえんどう 白菜・もやし・味噌 オレンジ
9	水	スキム ミルク	とりのバーベキューふう コロコロまめのサラダ あじつけのり くだもの いちごジャムヨーグルト	鶏むね肉・片栗粉 ミックスビーンズ・コーン・ブロッコリー・さつま芋・玉ねぎ・チーズ 味つけ海苔 バナナ スキムミルク・いちごジャム
10	木		ポテトグラタン にんじんしりしり コンソメスープ くだもの	ベーコン・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ブロッコリー・チーズ・小麦粉・バター・牛乳 人参・ピーマン・豆腐・ごま チンゲン菜・しめじ バナナ
11	金	スキム ミルク	あつあげのみそいため ほうれんそうともやしのおひたし くだもの オレンジケーキ	豚バラ肉・厚揚げ・玉ねぎ・茄子・椎茸・人参・ピーマン・味噌 ほうれん草・人参・もやし・えのき バナナ ホットケーキミックス・卵・マーマレードジャム
12	土		チャーハン わかめスープ	ベーコン・竹輪・人参・ほうれん草・玉ねぎ わかめ・大根
13	日			
14	月	スキム ミルク	こうやどうふのたまごとじ ほくほくサラダ くだもの	鶏挽肉・高野豆腐・人参・玉ねぎ・乾椎茸・じゃが芋・竹輪・卵 さつま芋・南瓜・人参・枝豆・コーン・ごま バナナ
15	火		さかなのやさいあんかけ じゃがいもとブロッコリーのサラダ ガラスープ くだもの アイスボックスクッキー	メルルーサ・人参・ピーマン・黄ピーマン・玉ねぎ・しめじ・筍・乾椎茸・片栗粉 ベーコン・じゃが芋・ブロッコリー・人参・ミックスビーンズ・マヨネーズ チンゲン菜・えのき オレンジ 小麦粉・牛乳・マーガリン・ベーキングパウダー
16	水	スキム ミルク	マーボーどうふ はるさめのすのもの くだもの みかんヨーグルト	豚挽肉・豆腐・筍・人参・玉ねぎ・乾椎茸・生姜・片栗粉 ハム・春雨・人参・きゅうり・わかめ・ごま バナナ スキムミルク・みかん缶
17	木		やきうどん みそしる くだもの	豚バラ肉・うどん・人参・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・もやし 新玉ねぎ・えのき・油揚げ・味噌 バナナ
18	金	スキム ミルク	わふうハンバーグ ポパイサラダ すましじる くだもの	合挽肉・豆腐・人参・玉ねぎ・パン粉 ツナ・卵・ほうれん草・人参・ミックスビーンズ・マヨネーズ 大根・しめじ バナナ
19	土		ちゅうかどん ちゅうかスープ	豚バラ肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・白菜・乾椎茸・片栗粉 春キャベツ・もやし
20	日			

日	曜日	乳	献立	食品材料名
21	月	スキム ミルク	すきやきふう いんげんのごまあえ くだもの シガレットパイ	牛肉・豆腐・人参・白菜・玉ねぎ・椎茸・ごぼう・えのき・糸こんにゃく・麩 いんげん・人参・竹輪・ごま バナナ 春巻きの皮・マーガリン
22	火		さわらのつけやき しらあえ みそしる くだもの	鯖 豆腐・人参・こんにゃく・しめじ・ほうれん草・ひじき・ごま・味噌 えのき・もやし・味噌 オレンジ
23	水	スキム ミルク	ツナいりたまごやき ごもくきんぴら くだもの	ツナ・卵・豆腐・人参・新玉ねぎ・じゃが芋 竹輪・油揚げ・人参・いんげん・ごぼう・蓮根・糸こんにゃく バナナ
24	木		ジーローハン あおなとうふスープ くだもの たいわんカステラ	鶏むね肉・卵・チンゲン菜・新玉ねぎ・白ネギ・生姜 小松菜・豆腐 バナナ 小麦粉・卵・牛乳
25	金	スキム ミルク	コロッケ こまつなともやしのナムル すましじる くだもの	合挽肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・コーン・小麦粉・卵・パン粉 小松菜・人参・えのき・もやし しめじ・春キャベツ バナナ
26	土		さんしょくどん みそしる	鶏挽肉・卵・ほうれん草・人参 麩・新玉ねぎ・味噌
27	日			
28	月	スキム ミルク	マーマレードチキン マカロニサラダ かきたまじる くだもの	鶏もも肉・マーマレードジャム ハム・人参・きゅうり・ミックスビーンズ・マカロニ・マヨネーズ 新玉ねぎ・しめじ・卵 バナナ
29	火	昭 和 の 日		
30	水	スキム ミルク	とうふナゲット こんさいのかんこくふう コンソメスープ くだもの	鶏挽肉・豆腐・生姜・片栗粉 竹輪・人参・大根・蓮根・いんげん・しめじ 春キャベツ・ブロッコリー バナナ

《アレルギー（食材）一覧表》

**乳**

- ・牛乳、スキムミルク→豆乳
- ・ヤクルト→りんごジュース
- ・ヨーグルト→りんごゼリー
- ・ハヤシライス→乳 不使用のルーで代用
- ・シチュー→乳 不使用のルーで代用
- ・チーズ、粉チーズ（乳）

**卵**

- ・マヨネーズ（全卵）
→卵不使用のマヨネーズ

**小麦粉**

- ・小麦粉→米粉
- ・うどん、焼きそば麺（小麦粉）
→マロニー、米粉スパゲティ
- ・麩（小麦粉）
- ・マカロニ→小麦粉不使用のマカロニ
- ・てんぷら粉→米粉
- ・カレー→小麦粉、不使用のルーで代用
- ・ハヤシライス
→小麦粉不使用のルーで代用

この3つの食材は、
卵、小麦粉、乳などの
アレルギーが入っていないもの



- ・ちくわ（全卵）
- ・ベーコン（卵白）
- ・ウィンナー（全卵）



●4月24日(木)・・・ジーローハンは園で炊くため、3～5歳児は白ご飯いりません。
5月のメニュー分と合わせて、お米を1合持ってきてください。



給食では旬の食材を取り入れた献立を心がけています。

今月は春野菜の『新玉ねぎ』を多く取り入れています。
新玉ねぎは3月～5月の春から初夏にかけてのみ買うことができる、春野菜です。ビタミンCが豊富な新玉ねぎは免疫

