

令和7年

4月の献立

久良岐保育園

日	曜日	1.2歳児 朝おやつ	給食	食材	おやつ	食材	1.2歳児 エネルギー たんぱく質	3.4.5歳児 エネルギー たんぱく質
1	火	牛乳 オレンジ	ハヤシライス ハムサラダ バナナ	米 豚もも 玉葱 人参 トマト缶 ハヤシルウ ハム 人参 きゅうり キャベツ	牛乳 プルーン入り ココア蒸しパン	ミックス粉 豆乳 ココア プルーン	534 kcal 20.2 g	553 kcal 20.2 g
2	水	麦茶 バナナ	ごはん マーボ豆腐 鉄骨サラダ 白菜スープ	豚挽 豆腐 玉葱 ねぎ にんにく 生姜 片栗粉 ごま油 ひじき しらす干し 人参 きゅうり 切り干し大根 マヨレ ごま油 白菜 人参 ねぎ	牛乳 フルーツゼリー ウエハース		477 kcal 17.6 g	535 kcal 21.1 g
3	木	牛乳 食べる 煮干し	ごはん 豚肉の西京焼き ブロッコリーのドレッシング和え 味噌汁	豚ロース 西京味噌 ブロッコリー コーン かぶ しめじ	牛乳 ペペロンチーノ	スパゲッティ キャベツ しらす にんにく	497 kcal 24.3 g	528 kcal 24 g
4	金	牛乳 オレンジ	ごはん カレー風肉じゃが ごまキャベツ 味噌汁	豚もも じゃが芋 玉葱 人参 しらたき グリンピース カレー粉 キャベツ 人参 すりごま えのき まいたけ	牛乳 シュガーサンド	食パン バター	465 kcal 18.4 g	473 kcal 17.6 g
5	土	麦茶 マリー ビスケット	とん丼 小松菜のごま和え 味噌汁	米 豚もも 玉葱 生姜 小松菜 ごま じゃが芋 わかめ	牛乳 ケーキドーナッツ		413 kcal 17 g	482 kcal 20.7 g
7	月	麦茶 ヨーグルト (きなこ)	ごはん 鮭の胡麻味噌焼き 五目豆 すまし汁	鮭 すりごま 大豆 人参 ごぼう こんにゃく こんぶ 豆腐 ねぎ えのき	牛乳 パンプディング	食パン バター 牛乳 卵	496 kcal 25.4 g	597 kcal 30.6 g
8	火	牛乳 オレンジ	ごはん 鶏肉の甘辛煮 春雨のソテー 味噌汁	手羽元 ねぎ 生姜 春雨 鶏もも挽 ねぎ 人参 たら キャベツ キャベツ 玉葱	牛乳 ミニミニピザ	ベーコン 玉葱 ピーマン チーズ ケチャップ 餃子の皮	466 kcal 19.9 g	477 kcal 19.9 g
9	水	麦茶 バナナ	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮 大根炒め風サラダ 味噌汁	豚もも キャベツ 玉葱 人参 にんにく 切り干し大根 しらす干し ごま油 青のり じゃが芋 油揚げ	牛乳 りんごのパウンドケーキ	ミックス粉 卵 バター 牛乳 油 りんご	472 kcal 16.9 g	554 kcal 20.7 g
10	木	牛乳 食べる 煮干し	スパゲッティナポリタン ポテトサラダ バナナ	スパゲッティ ハム 玉葱 ピーマン じゃが芋 きゅうり 人参 マヨレ	麦茶 すいとん	薄力粉 人参 ねぎ かまぼこ	389 kcal 16.3 g	377 kcal 13.8 g
11	金	牛乳 バナナ	バターロール チキンのハーブ焼き 南瓜サラダ セロリスープ	鶏もも肉 タイム バセリ バジル 南瓜 きゅうり マヨレ セロリ 卵	麦茶 中華おこわ おむすび	米 もち米 ごぼう 人参 グリンピース しらす干し ソース ごま油 のり	467 kcal 20.3 g	455 kcal 20 g
12	土	麦茶 ぱりんこ	ガーリックライス じゃが芋としめじのサラダ チンゲン菜スープ	米 人参 玉葱 ピーマン ベーコン にんにく じゃが芋 しめじ いんげん マヨレ ベーコン チンゲン菜 玉葱	牛乳 ミニバームクーヘン ハッピーターン		357 kcal 9.9 g	422 kcal 11.5 g
14	月	麦茶 ヨーグルト (プルーン)	ごはん 豆腐の中華煮 小松菜とハムの胡麻和え 味噌汁	豆腐 豚もも 人参 キャベツ チンゲン菜 舞茸 ごま油 片栗粉 小松菜 もやし 人参 コーン ハム すりごま もやし わかめ	牛乳 チーズ蒸しパン	ミックス粉 牛乳 チーズ	417 kcal 18.4 g	495 kcal 22 g
15	火	牛乳 バナナ	グリンピースごはん 竹輪の磯辺揚げ 蒸し鶏サラダ ワンタンスープ	米 グリンピース 竹輪 薄力粉 片栗粉 のり 鶏むね肉 キャベツ 人参 マヨレ ワンタンの皮 ねぎ 人参 キャベツ もやし	牛乳 チャー麺	中華麺 豚挽 たら もやし	476 kcal 19.3 g	472 kcal 18.7 g