

令和6年

4月献立表

友田保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 月	マーボーなす丼 もやしの中華風和え物 春雨とわかめのスープ でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／鶏油／きびざとう／かたくり粉／ごま油／白ごま(すり)／緑豆(はるさめ)／白ごま(いり)／パイ皮	牛乳／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／蒸しかまぼこ／卵／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／りょくとうもやし／きゅうり／ねぎ／いちごジャム(低糖度)	いちごのジャムパイ 牛乳	午後	16 火	コッペパン 鮭のピザ風 アスパラとハムのサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／アピックス粉(てんぷら用)／きびざとう	豆乳／しろさけ／ピザ用チーズ／ロースハム／ベーコン／米みそ(淡色辛みそ)／牛乳	玉葱／パセリ／アスパラガス／きゅうり／キャベツ／にんじん／とうもろこし缶詰(ホール)／バナナ	味噌ポテト 牛乳	午後
2 火	コッペパン 鮭のピザ風 アスパラとハムのサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／アピックス粉(てんぷら用)／きびざとう	豆乳／しろさけ／ピザ用チーズ／ロースハム／ベーコン／米みそ(淡色辛みそ)／牛乳	玉葱／パセリ／アスパラガス／きゅうり／キャベツ／にんじん／とうもろこし缶詰(ホール)／バナナ	味噌ポテト 牛乳	午後	17 水	ふりかけごはん(本かつお 大根と鶏肉の煮物 青菜とひじきのあえ物 かぼちゃの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／ごま油／薄力粉／オリーブ油	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮なし)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／豆乳／かたくちいわし(煮干し)／卵	だいこん／にんじん／さやいんげん／こまつな／きゅうり／日本かぼちゃ／玉葱／こねぎ／バナナ／パインアップル(缶詰)	パイナップルケーキ 牛乳	午後
3 水	ふりかけごはん(本かつお 大根と鶏肉の煮物 青菜とひじきのあえ物 かぼちゃの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／ごま油／薄力粉／オリーブ油	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮なし)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／豆乳／かたくちいわし(煮干し)／卵	だいこん／にんじん／さやいんげん／こまつな／きゅうり／日本かぼちゃ／玉葱／こねぎ／バナナ／パインアップル(缶詰)	パイナップルケーキ 牛乳	午後	18 木	肉うどん ツナ入り厚焼き卵 フルーツポンチ	うどん(ゆで)／鶏油／きびざとう／上白糖／水稲穀粒(精白米)	豚モモ(脂身付き)／かつお加工品(かつお節)／こんぶ／まぐろ缶詰(油漬フレーク)／木綿豆腐／卵／油揚げ	野菜ジュース／にんじん／ねぎ／ほうれんそう／玉葱／こねぎ／温州蜜柑缶詰(果肉)／パインアップル(缶詰)／もも(缶詰果肉)／生しいたけ(園床栽培、生)／ごぼう	五目おこわ 牛乳	午後
4 木	肉うどん ツナ入り厚焼き卵 フルーツポンチ	うどん(ゆで)／鶏油／きびざとう／上白糖／水稲穀粒(精白米)	豚モモ(脂身付き)／かつお加工品(かつお節)／こんぶ／まぐろ缶詰(油漬フレーク)／木綿豆腐／卵／油揚げ	野菜ジュース／にんじん／ねぎ／ほうれんそう／玉葱／こねぎ／温州蜜柑缶詰(果肉)／パインアップル(缶詰)／もも(缶詰果肉)／生しいたけ(園床栽培、生)／ごぼう	五目おこわ 牛乳	午後	19 金	ごはん かじきのステーキ風 六目おえ じゃが芋とわかめの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／食パン	牛乳／めかじき／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／ロースハム／プロセスチーズ／卵	玉葱／りょくとうもやし／にんじん／干し椎茸／こまつな／バナナ	クロックムッシュ 牛乳	午後
5 金	ごはん かじきのステーキ風 六目おえ じゃが芋とわかめの味噌汁 バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／食パン	牛乳／めかじき／油揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／ロースハム／プロセスチーズ／卵	玉葱／りょくとうもやし／にんじん／干し椎茸／こまつな／バナナ	クロックムッシュ 牛乳	午後	20 土	ポークスバゲッティ コーンサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／オリーブ油／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／豚モモ(脂身付き)／粉チーズ	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／にんじん／生しいたけ(園床栽培、生)／バナナ	プリン 牛乳	午後
6 土	ポークスバゲッティ コーンサラダ コンソメスープ バナナ	スパゲッティ／オリーブ油／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／豚モモ(脂身付き)／粉チーズ	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／キャベツ／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／にんじん／生しいたけ(園床栽培、生)／バナナ	プリン 牛乳	午後	22 月	麦ごはん 鶏のごま照り焼き 切干大根と大豆の煮物 なすの味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／ごま(いり)／鶏油／有塩バター／薄力粉／上白糖／粉砂糖	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮なし)／大豆(園産、ゆで)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	切干しだいこん／にんじん／なす／玉葱	ココアクッキー 牛乳	午後
8 月	麦ごはん 鶏のごま照り焼き 切干大根と大豆の煮物 なすの味噌汁 でこぼん	おむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／ごま(いり)／鶏油／有塩バター／薄力粉／上白糖／粉砂糖	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮なし)／大豆(園産、ゆで)／油揚げ／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)	切干しだいこん／にんじん／なす／玉葱	ココアクッキー 牛乳	午後	23 火	コッペパン 白身魚のマヨネーズ焼き きゃべつとハムのサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	豆乳／かさい／粉チーズ／ロースハム／ベーコン／焼き豚／牛乳	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／パセリ／キャベツ／きゅうり／にんじん／バナナ／ねぎ	チャーシューむすび 牛乳	午後
9 火	コッペパン 白身魚のマヨネーズ焼き きゃべつとハムのサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／白ごま(いり)	豆乳／かさい／粉チーズ／ロースハム／ベーコン／焼き豚／牛乳	玉葱／マッシュルーム(水煮缶詰)／パセリ／キャベツ／きゅうり／にんじん／バナナ／ねぎ	チャーシューむすび 牛乳	午後	24 水	ごはん コロケ 野菜の昆布和え もやしの味噌汁 でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／薄力粉／パン粉(乾燥)／鶏油／マヨネーズ(全卵型)	牛乳／豚ひき肉／卵／塩昆布／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／ベーコン	玉葱／キャベツ／きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／ねぎ／えのきたけ／とうもろこし缶詰(ホール)	マヨコーンドッグ 牛乳	午後
10 水	ごはん コロケ 野菜の昆布和え もやしの味噌汁 でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／薄力粉／パン粉(乾燥)／鶏油／マヨネーズ(全卵型)	牛乳／豚ひき肉／卵／塩昆布／木綿豆腐／米みそ(淡色辛みそ)／かたくちいわし(煮干し)／ベーコン	玉葱／キャベツ／きゅうり／にんじん／りょくとうもやし／ねぎ／えのきたけ／とうもろこし缶詰(ホール)	マヨコーンドッグ 牛乳	午後	25 木	ドライカレー 春雨サラダ 雲海スープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／薄力粉／パン粉(乾燥)／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／上白糖	豚ひき肉／ロースハム／卵／牛乳	野菜ジュース／玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／大根(福神漬)／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／ねぎ／チンゲンツァイ／バナナ	たまご蒸しパン 牛乳	午後
11 木	ドライカレー 春雨サラダ 雲海スープ バナナ	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／じゃがいも／薄力粉／パン粉(乾燥)／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／上白糖	豚ひき肉／ロースハム／卵／牛乳	野菜ジュース／玉葱／にんじん／青ピーマン／マッシュルーム(水煮缶詰)／大根(福神漬)／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホール)／ねぎ／チンゲンツァイ／バナナ	たまご蒸しパン 牛乳	午後	26 金	たけのこごはん さわらの西京焼き 春野菜と焼き豆腐の煮物 えのきたけと麩のすまし汁 でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／かたくり粉／焼き豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／なごんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／ベーコン	牛乳／油揚げ／さわら／米みそ(淡色辛みそ)／焼き豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／なごんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／ベーコン	たけのこ(ゆで)／にんじん／ふき／さやえんどう／えのきたけ／玉葱／キャベツ／アスパラガス／にんにく(りん茎)	新じゃべつのスバゲティ 牛乳	午後
12 金	たけのこごはん さわらの西京焼き 春野菜と焼き豆腐の煮物 えのきたけと麩のすまし汁 でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／きびざとう／かたくり粉／焼き豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／なごんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／ベーコン	牛乳／油揚げ／さわら／米みそ(淡色辛みそ)／焼き豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／なごんぶ(煮干し)／かつお加工品(削り節)／ベーコン	たけのこ(ゆで)／にんじん／ふき／さやえんどう／えのきたけ／玉葱／キャベツ／アスパラガス／にんにく(りん茎)	新じゃべつのスバゲティ 牛乳	午後	27 土	ツナとジャムのサンド ブロッコリーサラダ(卵) ミネストローネ バナナ	食パン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／まぐろ缶詰(油漬フレーク)／ロースハム／卵／ベーコン／ヨーグルト	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／玉葱／トマト缶詰(ホール)／バナナ	ヨーグルト ウエハース 牛乳	午後
13 土	ツナとジャムのサンド ブロッコリーサラダ(卵) ミネストローネ バナナ	食パン／マヨネーズ(全卵型)／きびざとう／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも	牛乳／まぐろ缶詰(油漬フレーク)／ロースハム／卵／ベーコン／ヨーグルト	いちごジャム(低糖度)／キャベツ／ブロッコリー／にんじん／玉葱／トマト缶詰(ホール)／バナナ	ヨーグルト ウエハース 牛乳	午後	30 火	コッペパン 鮭のピザ風 アスパラとハムのサラダ コンソメスープ バナナ	コッペパン／薄力粉／鶏油／マヨネーズ(全卵型)／じゃがいも／アピックス粉(てんぷら用)／きびざとう	牛乳／しろさけ／ピザ用チーズ／ロースハム／ベーコン／米みそ(淡色辛みそ)	玉葱／パセリ／アスパラガス／きゅうり／キャベツ／にんじん／とうもろこし缶詰(ホール)／バナナ	味噌ポテト 牛乳	午後
15 月	マーボーなす丼 もやしの中華風和え物 春雨とわかめのスープ でこぼん	水稲穀粒(精白米)／水稲穀粒(はいが精米)／鶏油／きびざとう／かたくり粉／ごま油／白ごま(すり)／緑豆(はるさめ)／白ごま(いり)／パイ皮	牛乳／豚ひき肉／米みそ(淡色辛みそ)／蒸しかまぼこ／卵／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)	なす／にんじん／玉葱／グリーンピース(冷凍)／りょくとうもやし／きゅうり／ねぎ／いちごジャム(低糖度)	いちごのジャムパイ 牛乳	午後	<p>月平均栄養価 3歳以上児 エネルギー 556kcal タンパク質 21.7g 脂質 19.6g 食塩相当量 2.1g</p> <p>3歳未満児 エネルギー 488kcal タンパク質 19.7g 脂質 17.9g 食塩相当量 1.8g</p>						

※材料の都合により、献立が変更になることがあります。