



2024年4月 献立表

川崎たちばな保育園

日	1・15(月)	2・16(火)	3・17(水)	4・18(木)	5・19(金)	6・20(土)		
昼食	エビピラフ ・精白米・米粒麦・くるまえび ・玉葱・ピーマン・にんにく ・無塩バター・洋風だし ミートローフ ・豚ひき肉・鶏ひき肉・鶏卵 ・パン粉・牛乳・無塩バター ・玉葱・ミックスベジタブル ・ケチャップ・ウスターソース ・米油 チンゲンサイの豆乳スープ ・ベーコン・玉葱・チンゲンサイ ・コーン・調整豆乳・洋風だし オレンジ	ご飯 ・精白米 鱈とごぼうの煮つけ ・鱈・ごぼう・こねぎ かつおだし・しょうゆ・きび砂糖 ・純米酒・しょうが キャベツのおかか和え ・人参・キャベツ・きゅうり ・もやし・しょうゆ・削り節 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・じゃがいも・ぶなしめじ・油揚げ りんご	タンメン ・中華麺・豚もも・くるまえび ・人参・玉葱・もやし・キャベツ ・にら・きくらげ・ごま油 鶏がらだし・にんにく・しょうが 若竹煮 ・たけのこ水煮・わかめ ・かつおだし・薄口しょうゆ ・だししょうゆ・本みりん・鶏もも バナナ ・バナナ・レモン果汁	ご飯 ・精白米 焼き鮭 ・鮭 ほうれん草のごま和え ・人参・ほうれん草・もやし ・すりごま・しょうゆ・きび砂糖 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・さつまいも・長ねぎ いちご	チキンカレー ・精白米・米粒麦・鶏もも・人参 ・玉葱・じゃがいも・カレールウ ・脱脂粉乳・米油・ほうれん草 手作り福神漬け ・大根・しょうが・しょうゆ ・純米酒・穀物酢・きび砂糖 キャベツと卵のサラダ ・キャベツ・鶏卵・ロースハム ・しょうゆ・ごま油・マヨネーズ ・すりごま バナナ ・バナナ・レモン果汁	ツナマヨドック ・ロールパン・ツナ・きゅうり ・マヨネーズ ホットドック ・ロールパン・ウインナー ・ケチャップ 春雨スープ ・はるさめ・白菜・玉葱 ・ぶなしめじ・鶏がらだし・ごま油 バナナ ・バナナ・レモン果汁 牛乳	<p>今月は、 新しい環境での 食事に慣れて、 楽しく食事を してもらいたいと 思っています♪ ご家庭でも給食の お話をたくさん してください☆</p>	
	3時のおやつ	イチゴのパパロア ・いちご・牛乳・生クリーム ・ゼラチン・砂糖 ・バニラエッセンス・レモン果汁 麦茶	シュガートースト ・食パン・無塩バター・砂糖 牛乳	塩昆布ツナご飯 ・精白米・ツナ・塩昆布・ひじき ・しょうゆ・本みりん 牛乳	ココアクリームロール ・ロールパン・生クリーム・砂糖 ・ココアパウダー 牛乳	ホットケーキ ・鶏卵・絹ごし豆腐・牛乳 ・ホットケーキミックス・メープルシロップ 牛乳		ヨーグルト えびせん 麦茶
	成分表示 3~5歳児 (1~2歳児)	エネルギー520(495) 蛋白質20.1(19.1) カルシウム112(189) 脂質23.0(22.6) 食塩総当量1.1(1.0)	エネルギー529(501) 蛋白質24.3(22.4) カルシウム193(245) 脂質15.3(16.1) 食塩総当量1.7(1.5)	エネルギー452(441) 蛋白質20.7(19.4) カルシウム183(575) 脂質9.4(12.3) 食塩総当量1.5(1.3)	エネルギー543(517) 蛋白質23.8(22.0) カルシウム225(271) 脂質15.4(16.8) 食塩総当量1.6(1.5)	エネルギー617(567) 蛋白質23.7(21.8) カルシウム265(302) 脂質18.1(19.0) 食塩総当量2.2(1.9)		エネルギー537(489) 蛋白質18.8(17.0) カルシウム297(445) 脂質22.5(22.4) 食塩総当量1.6(1.4)

日	8・22(月)	9・23(火)	10・24(水)	11・25(木)	12・26(金)	13・27(土)	30(火)	
昼食	ご飯 ・精白米 春キャベツと豚肉の味噌炒め ・豚もも・キャベツ・ピーマン ・玉葱・にんにく・しょうが ・みそ・きび砂糖・しょうゆ・純米酒 ・米油 ポテトサラダ ・じゃがいも・穀物酢・きび砂糖 ・きゅうり・ツナ・コーン・マヨネーズ すまし汁 ・かつお昆布だし・薄口しょうゆ ・焼き麩・えのきたけ・ほうれんそう りんご	ご飯 ・精白米 鱈のムニエル ・鱈・薄力粉・無塩バター れんこんのサラダ ・れんこん・人参・みずな ・マヨネーズ・めんつゆ・ごま油 ・穀物酢・きび砂糖・削り節 ・すりごま 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・チンゲン菜・なめこ オレンジ	カレーミートスパゲッティ ・スパゲティ・豚ひき肉・人参 ・玉葱・生しいたけ・カレールウ ・ケチャップ・パセリ ・ウスターソース 小松菜の煮浸し ・人参・小松菜・ぶなしめじ ・生揚げ・かつおだし・しょうゆ ・本みりん・純米酒・きび砂糖 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・たけのこ水煮・スナップえんどう バナナ	ご飯 ・精白米 カレイのマヨネーズ焼き ・まがれい・マヨネーズ・パセリ 煎り豆腐 ・木綿豆腐・鶏ひき肉・人参 ・玉葱・ひじき・乾しいたけ ・米油・しょうゆ・きび砂糖 ・本みりん・純米酒・顆粒和風だし 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・ほうれん草・鶏卵 オレンジ	鶏そぼろ丼 ・精白米・米粒麦・鶏ひき肉 ・きび砂糖・本みりん・純米酒 ・しょうゆ・ほうれん草・コーン ・無塩バター・米油 切干大根の煮物 ・切干大根・人参・さつま揚げ ・しょうゆ・純米酒・本みりん ・きび砂糖・顆粒和風だし・米油 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・キャベツ・にら いちご	ガパオ風ライス ・精白米・豚ひき肉・玉葱 ・赤パプリカ・にんにく・しょうが ・パジル・純米酒・本みりん ・オイスターソース・しょうゆ ・鶏がらだし 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ ・じゃがいも・絹ごし豆腐 ・カットわかめ バナナ ・バナナ・レモン果汁 牛乳	麻婆豆腐丼 ・精白米・米粒麦・木綿豆腐 ・豚ひき肉・にんにく・しょうが ・長ねぎ・人参・乾しいたけ・ごま油 ・きび砂糖・純米酒・しょうゆ・みそ ・鶏がらだし 大根サラダ ・大根・きゅうり・削り節 ・焼きのり・しょうゆ・ごま油 ・穀物酢・きび砂糖・いりごま 味噌汁 ・かつお昆布だし・みそ 小松菜・焼き麩 いちご	
	3時のおやつ	バナナ蒸しパン ・バナナ・牛乳・メープルシロップ ・米粉・ベーキングパウダー 牛乳	豆乳くず寒天 ・調整豆乳・きび砂糖・粉寒天 ・きな粉 飲むヨーグルト	きつねご飯 ・精白米・米粒麦・油揚げ ・きび砂糖・しょうゆ・本みりん ・顆粒和風だし・いりごま 牛乳	ふかしいも ・さつまいも 牛乳	お麩ラスク ・焼き麩・砂糖・有塩バター 牛乳 牛乳	かにぼん 麦茶	米粉スコーン ・米粉・ベーキングパウダー・米油 ・メープルシロップ・牛乳 牛乳
	成分表示 3~5歳児 (1~2歳児)	エネルギー568(534) 蛋白質20.8(19.7) カルシウム217(274) 脂質15.0(16.4) 食塩相当量1.4(1.2)	エネルギー511(473) 蛋白質22.5(20.7) カルシウム216(268) 脂質14.1(14.4) 食塩相当量1.0(0.9)	エネルギー566(535) 蛋白質22.2(20.8) カルシウム271(457) 脂質17.6(19.0) 食塩相当量2.1(1.8)	エネルギー532(506) 蛋白質27.2(24.6) カルシウム263(310) 脂質15.0(16.5) 食塩相当量1.4(1.3)	エネルギー485(465) 蛋白質19.1(18.2) カルシウム199(250) 脂質14.7(15.5) 食塩相当量1.6(1.4)	エネルギー507(486) 蛋白質16.9(16.5) カルシウム165(562) 脂質13.3(15.4) 食塩相当量0.8(0.7)	エネルギー543(522) 蛋白質19.1(18.8) カルシウム277(330) 脂質17.5(18.5) 食塩相当量1.7(1.5)

※行事や材料の仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

給与栄養目標量

エネルギー435~544(370~463)Kc 蛋白質17.9~22.4(15.3~19.1)g

※1~2歳児のお友達は、朝おやつ(おかしと牛乳)の提供をします。

※調味料:塩の記載は省略しています。

脂質12.1~15.1(12.3~15.4)g

カルシウム261~(213~)mg

食塩相当量~1.6(~1.5)g

※夕方18時30分以降のお迎えになる延長保育のお友達は、平日はスープ、土曜日はヨーグルトまたはおかしを食べます。