



平成30年度 4月 給食献立予定表



認定こども園あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段	乳児
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		下段 エネルギー	幼児 たんぱく質
2月	○	カレーライス コーンサラダ 果物 チーズ	豚もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん きゅうり 人参 キャベツ コーン 果物	じゃがいも カレールウ 米 押麦 油 砂糖	麦茶 せんべい	527	19.0
3火	○	麦ご飯 果物 白身魚のごま照り焼き ブロッコリー パンサンスー みそ汁	カラスカレイ ロースハム 油揚げ みそ	ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ	米、押麦 砂糖 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 ふわっとふー	486	22.6
4水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ 青菜のごま和え わかめのスープ	鶏もも肉 わかめ	ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 人参 たけのこ ねぎ	米、押麦 片栗粉 油 ごま 砂糖	麦茶 メープルケーキ	481	21.8
5木	○	麦ご飯 ミニゼリー 豆腐入りハンバーグ ツナサラダ コンソメスープ	豚ひき肉 豆腐 ツナ	玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ 人参 きゅうり 白菜 人参	米、押麦 油 パン粉 油 砂糖	麦茶 源氏パイ	524	18.6
6金	○	麦ご飯 果物 鮭のオーロラソース焼きトマト キャベツのおかか和え みそ汁	鮭 かつお節 わかめ みそ	果物 トマト キャベツ 人参 玉ねぎ しいたけ	米、押麦 マヨネーズ	麦茶 ヨーグルト	501	25.6
7土		入 園 進 級 式				カルシウム		
9月	○	麦ご飯 果物 さわらのみそ焼き ブロッコリー 切干大根煮 すまし汁	さわら みそ 油揚げ 豆腐 わかめ	果物 ブロッコリー 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ	米、押麦 砂糖 油 砂糖	麦茶 ラスク	519	22.9
10火	○	食パン 果物 鶏肉の照り焼き ブロッコリー ツナサラダ 豆乳スープ	鶏もも肉 ツナ 豆乳 ベーコン	果物 ブロッコリー きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 コーン	食パン 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 おにぎり	485	25.2
11水	○	麦ご飯 果物 まぐろのかりん揚げ キャベツの塩昆布和え 根菜汁	かじきまぐろ 昆布	果物 ブロッコリー キャベツ 人参 玉ねぎ 人参 ごぼう たけのこ	米、押麦 油 片栗粉 砂糖 じゃがいも	麦茶 きな粉団子	496	23.5
12木	○	麦ご飯 果物 コロッケ ひじき煮 みそ汁	豚ひき肉 ひじき 油揚げ 豆腐 みそ	果物 玉ねぎ 人参 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米、押麦 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 ウイナーロール	523	18.4
13金	○	麦ご飯 果物 さばのみそ煮 もやしのさっぱり和え すまし汁	さば みそ わかめ	果物 もやし 人参 玉ねぎ チンゲン菜	米、押麦 砂糖 ごま油	麦茶 いちごパイ	496	20.8
14土	○	ハヤシライス 枝豆 小魚 果物	豚もも肉 いわし	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん 枝豆 果物	米 ハヤシルウ	麦茶 せんべい	559	24.2
16月	○	スパゲティミートソース チーズサラダ 果物 野菜スープ	豚ひき肉 チーズ	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース きゅうり 人参 キャベツ 果物 玉ねぎ 人参 キャベツ たけのこ	スパゲティ 油 砂糖 油 砂糖	麦茶 ハバロア	512	20.8
17火	○	麦ご飯 果物 魚の胡麻照り焼き トマト マカロニサラダ みそ汁	さんま ロースハム 油揚げ みそ	果物 トマト 人参 きゅうり 白菜 しいたけ	米、押麦 砂糖 マカロニ マヨネーズ	麦茶 ココア蒸しパン	496	17.8
18水	○	麦ご飯 果物 タンドリーチキン ブロッコリー 春雨サラダ すまし汁	鶏もも肉 ヨーグルト ロースハム	ブロッコリー きゅうり 人参 たけのこ 人参 しめじ	米、押麦 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 たこ焼き	493	24.1
19木	○	麦ご飯 果物 チーズ 魚の香味焼き もやしのナムル みそ汁	チーズ さば 豆腐 みそ	果物 ねぎ ブロッコリー もやし 人参 ほうれん草 玉ねぎ ねぎ	米、押麦 ごま ごま油	麦茶 シリアルバー	531	22.3
20金	○	食パン 果物 マカロニグラタン フレンチサラダ コーンスープ	鶏もも肉 牛乳 チーズ	果物 玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ 人参 ねぎ	食パン マカロニ 小麦粉 油 砂糖 片栗粉	麦茶 みたらし団子	554	20.9
21土	○	中華丼 小魚 果物 野菜スープ	豚もも肉 なんと いわし	キャベツ 玉ねぎ 人参 たけのこ 果物 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし	ごま油 片栗粉	麦茶 クッキー	500	19.8
23月	○	ハヤシライス 焼きポテト コーンサラダ 果物	豚もも肉 ロースハム	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん きゅうり キャベツ 人参 コーン 果物	米、押麦 ハヤシルウ じゃがいも 油 砂糖	麦茶 ゼリー	548	19.2
24火	○	ロールパン 果物 魚のフライ ツナ海藻サラダ コンソメスープ	しいら ツナ わかめ ベーコン	果物 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜 人参 もやし	ロールパン 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ごま油	麦茶 おにぎり	528	23.8
25水	○	焼きそば ウイナー ブロッコリー 果物 わかめのスープ	豚もも肉 ウイナー	キャベツ 人参 もやし しいたけ ブロッコリー 果物 人参 玉ねぎ ねぎ	中華蒸し麺 ごま油	麦茶 サンドパン	505	19.5
26木	○	たけのこご飯 果物 カラスカレイのごま照り焼き ポテトサラダ みそ汁	鶏もも肉 カラスカレイ ロースハム みそ 油揚げ	たけのこ 人参 果物 人参 きゅうり 玉ねぎ えのき	米、押麦 砂糖 ごま じゃがいも マヨネーズ	麦茶 プリン	539	27.2
27金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ 野菜スープ	鶏もも肉 ロースハム	果物 ブロッコリー 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 キャベツ もやし チンゲン菜	米、押麦 マーマレード マカロニ マヨネーズ	麦茶 米粉のケーキ	511	21.2
28土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 ポテトスープ	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし	玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ 果物 玉ねぎ 人参 もやし	ごま油 砂糖 片栗粉	麦茶 せんべい	538	22.9



※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。
 ※ 栄養価は、お昼とおやつ合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。
 ※ 教育部在籍の子の提供は4・5歳児は10日、3歳児は23日からとなります。
 ※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。



1日分平均値	乳児	幼児
脂質	17.2	16.5
塩分	1.9	2.1