



# 2021年度 4月 給食献立予定表



認定こども園  
あゆのさと

日曜	幼児 牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	ワンポイント
			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		
1	木	○ 麦ご飯 ミニゼリー コロケック プロッコリー ひじき煮 みそ汁	豚ひき肉 ひじき 油揚げ わかめ みそ	玉ねぎ プロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 油 砂糖	麦茶 ポップコーン	ゆめワーク のパン
2	金	○ 麦ご飯 果物 白身魚のごま照り焼き 中華春雨サラダ みそ汁	カラスカレイ ロースハム 油揚げ みそ	果物 きゅうり 人参 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま 春雨 ごま油 砂糖 じゃがいも	麦茶 米粉のケーキ	
3	土	○ 入 園 式			土曜保育 カレーライス 枝豆 チーズ 果物	麦茶 せんべい	「ゆめワーク」は お願ひして、昼 食やおやつの パンを作ってい ただき提供して います
5	月	○ スパゲティーミートソース ツナサラダ 果物 野菜スープ	豚ひき肉 ツナ	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース トマト キャベツ きゅうり 人参 果物 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	スパゲティー 油 砂糖 片栗粉 マヨネーズ	麦茶 おにぎり	
6	火	○ 麦ご飯 果物 さわらのみそ焼き プロッコリー キャベツのおかか和え すまし汁	さわら みそ かつお節 豆腐 わかめ	玉ねぎ プロッコリー キャベツ 人参 玉ねぎ	米、押麦 砂糖	麦茶 クリームパン	
7	水	○ 麦ご飯 果物 豆腐入りハンバーグ もやしのナムル みそ汁	豚ひき肉 豆腐 わかめ みそ	玉ねぎ 人参 もやし 人参 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 パン粉 ごま ごま油 麩	麦茶 ココアクッキー	
8	木	○ 麦ご飯 果物 鮭のチーズ焼き トマト 切干大根煮 みそ汁	鮭 チーズ 油揚げ みそ	トマト 切干大根 人参 いんげん キャベツ もやし	米、押麦 油 砂糖	麦茶 ヨーグルト	アレルギー 対応
9	金	○ 麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ フレンチサラダ わかめのスープ	鶏もも肉 わかめ	果物 プロッコリー キャベツ 人参 きゅうり コーン たけのこ ねぎ	米、押麦 片栗粉 油 油 砂糖 麩	麦茶 マカロニきな粉	給食で使用す るハム・ベーコ ン・ウイン ナー・焼き豚・ なるとは、卵 乳 小麦を含 まないものを 使用していま す
10	土	○ ハヤシライス 枝豆 焼きポテト 果物	豚もも肉	玉ねぎ 人参 いんげん 枝豆 果物	ハヤシルウ 米 押麦 じゃがいも 油	麦茶 せんべい	
12	月	○ 麦ご飯 果物 鮭のコーンマヨネーズ焼き 野菜の磯和え みそ汁	鮭 のり 豆腐 みそ	コーン プロッコリー キャベツ もやし 小松菜 人参 玉ねぎ しいたけ	米 押麦 マヨネーズ ごま油	麦茶 たご焼き	
13	火	○ 食パン 果物 タンドリーチキン ツナ海草サラダ コーン豆乳スープ	鶏もも肉 ヨーグルト ツナ わかめ 豆乳	果物 キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ	食パン ごま油 砂糖	麦茶 おにぎり	
14	水	○ 麦ご飯 果物 魚の香味焼き もやしのナムル みそ汁	さば 豆腐 みそ	果物 ねぎ プロッコリー 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 揚げパン	
15	木	○ ラーメン 煮豆 小魚 果物	焼き豚 なると 金時豆 いわし	キャベツ もやし 人参 椎茸 筍 葱 果物	中華生麺 ごま油 片栗粉 砂糖	麦茶 プリン	
16	金	○ 麦ご飯 果物 まぐろとポテトの揚げからめ キャベツの塩昆布和え 根菜汁	かじきまぐろ 昆布	果物 キャベツ 人参 大根 人参 ごぼう たけのこ	米、押麦 じゃがいも 油 片栗粉 砂糖	麦茶 ふわっとふー	
17	土	○ 中華丼 枝豆 果物 中華スープ	豚もも肉 なると	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 筍 椎茸 枝豆 果物 玉ねぎ 人参 しめじ チンゲン菜	ごま油 片栗粉 米 押麦	麦茶 せんべい	給食では黒 米・干しシイタ ケ・鹿肉等の 地元の食材 を取り入れて います
19	月	○ 焼きそば ウインナー プロッコリー 果物 すまし汁	豚もも肉 ウインナー わかめ	キャベツ 人参 もやし しめじ プロッコリー 果物 玉ねぎ 人参	中華生麺 ごま油	麦茶 ハバロア	
20	火	○ 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 プロッコリー 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	
21	水	○ 麦ご飯 果物 魚のフライ プロッコリー わかめのレモン和え コンソメスープ	しいら わかめ	果物 プロッコリー きゅうり 人参 キャベツ 人参 玉ねぎ	米、押麦 小麦粉 パン粉 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 サンドパン	
22	木	○ チキンライス コールスローサラダ ウインナー 果物 わかめのスープ	鶏もも肉 ウインナー わかめ 豆腐	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ キャベツ 人参 きゅうり コーン 果物 玉ねぎ	油 米 押麦 油 砂糖 片栗粉	麦茶 みたらしマカロニ	
23	金	○ カレーライス チーズ 中華春雨サラダ ゼリー	豚もも肉 チーズ ロースハム	玉ねぎ 人参 いんげん 人参 きゅうり	じゃがいも カレールウ 米 押麦	麦茶 バナナ	減塩の取組
24	土	○ マーボー豆腐丼 小魚 果物 みそ汁	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし	玉ねぎ 人参 ねぎ 果物 玉ねぎ	砂糖 ごま油 片栗粉 米	麦茶 源氏パイ	伊豆市では健 康づくりのため に、「げんきプ ロジェクト」を推 進しています。 園の給食も減 塩を意識し、薄 味に仕上げる ようにしていま す
26	月	○ たけのこご飯 果物 魚のオーロラソース焼き きんぴら すまし汁	鶏もも肉 カラスカレイ かまぼこ	たけのこ 人参 果物 プロッコリー ごぼう 人参 いんげん 人参 しいたけ 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ ごま油 砂糖	麦茶 リンゴマフィン	
27	火	○ 食パン ミニゼリー マカロニグラタン ハムサラダ コーンスープ	鶏もも肉 チーズ 牛乳 ロースハム	玉ねぎ 人参 しめじ 人参 きゅうり キャベツ コーン 玉ねぎ 人参	食パン マカロニ 小麦粉 パン粉 油 砂糖 片栗粉	麦茶 おにぎり	
28	水	×	お 弁 当 の 日			ジュース せんべい	
30	金	○ 黒米ご飯 果物 春キャベツのハンバーグ プロッコリー ポテトサラダ みそ汁	豚ひき肉 豆腐 ロースハム みそ 油揚げ	果物 玉ねぎ キャベツ 人参 プロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ えのき	米 黒米 パン粉 じゃがいも マヨネーズ	麦茶 お茶クッキー	

※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

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
--------	-------	-------	----	----

※ 栄養価は、お昼とおやつの合計です。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9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。

乳児	519kcal	21.4g	16.4g	1.8g
幼児	576kcal	23.6g	17.1g	2.1g

2

3

4

5

6

7

8

9