

# 2024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	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月	○	麦ご飯 果物 鮭のチーズ焼き ブロッコリー 千草和え みそ汁	生鮭 チーズ 油揚げ みそ	果物 ブロッコリー キャベツ ほうれん草 人参 しらたき 玉ねぎ 大根	米 押麦 砂糖 ごま油 じゃがいも	麦茶 シュガーパイ	《今月の旬》 今月の旬は「春キャベツ」です。 キャベツの旬は年3回ありますが、春キャベツは葉の巻きがゆるく、みずみずしさを柔らかさがあります。給食では、サラダや汁物で提供します。		
2火	○	スパゲティミートソース コールスローサラダ 果物 コンソメスープ	豚ひき肉 ロースハム	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ トマト キャベツ 人参 きゅうり レモン 果物 玉ねぎ 花型人参 チンゲン菜	スパゲティ 油 砂糖 砂糖 油	麦茶 わかめおにぎり			
3水	○	麦ご飯 マスカットゼリー カレーのごま照り焼き コーンサラダ みそ汁	カラスカレイ 豆腐 みそ	キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 油 砂糖	麦茶 バナナ			
4木	○	麦ご飯 果物 ふりかけ コロッケ ブロッコリー 中華春雨サラダ わかめのスープ	のり かつお節 鶏ひき肉 豚ひき肉 ロースハム	果物 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ えのき ねぎ	米 押麦 ごま油 パン粉 小麦粉 油 春雨 ごま油 砂糖	麦茶 マカロニきな粉			
5金	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き ブロッコリー 海藻サラダ みそ汁	さば わかめ 帆立水煮 油揚げ みそ	果物 ねぎ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま油 砂糖 ごま油 麩	麦茶 たご焼き			
6土	○	入 園 式			土曜保育 カレーライス 小魚 果物 すまし汁	麦茶 せんべい			
8月	○	きつねうどん とり天 キャベツのおかか和え 果物	油揚げ 鶏もも肉 かつお節	玉ねぎ 人参 ねぎ しいたけ キャベツ 人参 果物	うどん 砂糖 小麦粉 油	麦茶 抹茶蒸しパン	《地産地消》 給食では、米・黒米・干しいたけ・鹿肉等は地元の物を購入して給食に取り入れています。 伊豆市には美味しい物がたくさんあることを伝えていきます。		
9火	○	キッズビビンバ チーズ 果物 ポトフ	鶏ひき肉 豚ひき肉 チーズ ウインナー	ほうれん草 人参 もやし ねぎ 果物 玉ねぎ 椎茸 キャベツ 人参	米 押麦 ごま 砂糖 ごま油 油	麦茶 ココアクッキー			
10水	○	麦ご飯 果物 鮭のコーンマヨネーズ焼き ブロッコリー 切干大根煮 豆腐のスープ	生鮭 油揚げ 豆腐	果物 コーン ブロッコリー 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ 人参 ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 砂糖 油	麦茶 フライドポテト			
11木	○	麦ご飯 ヨーグルト 鶏肉のマーマレード焼き もやしのナムル みそ汁	ヨーグルト 鶏もも肉 油揚げ みそ	果物 もやし 人参 玉ねぎ キャベツ	米 押麦 マーマレード ごま ごま油	麦茶 メロンパン			
12金	○	麦ご飯 果物 カレーのオーロラソース焼き フレンチサラダ 野菜スープ	カラスカレイ ツナ	果物 キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 しめじ キャベツ 人参 ピーマン 筍 椎茸 玉ねぎ	米 押麦 マヨネーズ 砂糖 油	麦茶 米粉のケーキ			
13土	○	中華丼 チーズ 果物 みそ汁	豚もも肉 なんと チーズ みそ	果物 もやし 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま油	麦茶 クッキー	《アレルギー対応》 給食で使用するウインナー・なんと・かまぼこ・ちくわは、卵・乳・小麦を含まないものを使用しています。		
15月	○	麦ご飯 果物 キャベツハンバーグ ブロッコリー マカロニサラダ わかめのスープ	豚ひき肉 豆腐 ロースハム わかめ	果物 キャベツ 人参 玉ねぎ ブロッコリー きゅうり 人参 玉ねぎ 星型人参	米 押麦 パン粉 マカロニ マヨネーズ	麦茶 半月ピザ			
16火	○	麦ご飯 果物 さばの塩焼き ブロッコリー 大豆の磯煮 みそ汁	さば 大豆 油揚げ ひじき 豆腐 みそ	果物 ブロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 油 麩	麦茶 リンゴマフィン			
17水	○	ラーメン 焼ポテトカレー風味 小魚 果物	豚もも肉 なんと いわし	キャベツ 人参 筍 もやし 玉ねぎ ねぎ 果物	中華生麺 ごま油 片栗粉 油 じゃがいも 油 ごま 砂糖	麦茶 ヨーグルト			
18木	○	麦ご飯 果物 さんまのかば焼き ブロッコリー ハムサラダ みそ汁	さんま ロースハム 油揚げ みそ	果物 ブロッコリー きゅうり キャベツ 人参 えのき ねぎ 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 片栗粉 油 マヨネーズ	麦茶 シリアルバー			
19金	○	麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ チーズサラダ コンソメスープ	鶏もも肉 チーズ	果物 キャベツ 人参 きゅうり コーン レモン 玉ねぎ 人参 しめじ	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 油 じゃがいも	麦茶 鮭おにぎり			
20土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 若竹汁	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし わかめ	玉ねぎ 人参 ねぎ 椎茸 果物 筍 人参 もやし	米 押麦 片栗粉 砂糖 ごま油 油 ごま 砂糖	麦茶 せんべい			
22月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリー ひじき煮 みそ汁	鶏もも肉 ひじき 油揚げ みそ	果物 りんご レモン ブロッコリー 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖 油 砂糖 じゃがいも	麦茶 ふわっとふー			
23火	○	ロールパン 果物 魚のフライ トマト シルバーサラダ コーン豆乳スープ	しいら ロースハム 豆乳	果物 トマト キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ コーン	ロールパン 小麦粉 パン粉 油 春雨 マヨネーズ 砂糖	麦茶 プリン ウエハース	《減塩の取組》 伊豆市では健康づくりのために、「元氣プロジェクト」を推進しています。園の給食も減塩を意識し、薄味にしています。		
24水	○	黒米ご飯 果物 クリスマスチキン ツナサラダ たけのこのすまし汁	鶏もも肉 ツナ 豆腐	果物 キャベツ 人参 きゅうり 筍 人参 玉ねぎ ねぎ	米 黒米 ごま コーンフレーク 砂糖 油	麦茶 ふかし芋			
25木	○	麦ご飯 果物 赤魚の煮付け 納豆和え みそ汁	赤魚 納豆 わかめ 油揚げ みそ	果物 キャベツ ほうれん草 人参 玉ねぎ 椎茸 ねぎ	米 押麦 砂糖 砂糖	麦茶 サンドパン			
26金	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース コロコロサラダ 野菜スープ	豚もも肉 ロースハム	果物 筍 ピーマン 人参 キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ もやし	米 押麦 砂糖 片栗粉 油 ごま油 砂糖 油 麩	麦茶 みたらしまカロニ			
27土	○	チキンライス ウインナー ブロッコリー 果物 すまし汁	鶏もも肉 ウインナー	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ ブロッコリー 果物 玉ねぎ 人参 キャベツ	米 押麦 油	麦茶 クッキー			
30火	○	麦ご飯 果物 さわらの薬味ソース焼き ブロッコリー 中華大根サラダ 春の豚汁	さわら ロースハム 豚もも肉 豆腐 油揚げ みそ	果物 ねぎ ブロッコリー 大根 きゅうり 人参 キャベツ 花型人参 ごぼう 椎茸 こんにやく	米 押麦 砂糖 砂糖 ごま油	麦茶 焼ビーフン			
					1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
					乳児	492kcal	21.7g	16.9g	1.6g
					幼児	544kcal	23.2g	16.0g	1.9g

※ 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。  
※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。