

*****4月給食だより*****

大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2	水	昼食	ご飯 鶏肉マーマレード焼き ブロッコリーのツナサラダ オニオンスープ	鶏肉 ツナ 	ブロッコリー・人参・コーン 玉ねぎ・人参・ドライパセリ	精白米 マーマレードジャム・キャノーラ油 マヨドレ	濃口醤油 コンソメ・水
		3時	牛乳 ふのラスク	牛乳(乳)		切り麩(小麦)・キャノーラ油・上白糖	
3	木	昼食	中華丼 もやしナムル 豆腐のスープ	豚肉・ナルト 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ・しょうが もやし・きゅうり・人参 ねぎ	精白米・片栗粉 上白糖・ごま油	濃口醤油・みりん風・中華味・食塩・水 濃口醤油 中華味・水
		3時	牛乳 青のりポテト	牛乳(乳)	あおのり	シューティング・キャノーラ油	食塩
4	金	昼食	きつねうどん 春キャベツとささみのサラダ 黄桃缶	あげ ささみ	人参・干わかめ 春キャベツ・きゅうり・人参 黄桃缶	うどん(小麦) 上白糖・ごま油 	天かす(小麦)・濃口醤油・食塩・みりん風・だし汁 濃口醤油
		3時	お茶 なめしおにぎり		菜めしの素	精白米	
7	月	昼食	ご飯 豚肉のごま味噌炒め マカロニサラダ 豆腐のすまし汁	豚肉・味噌 ツナ 豆腐	玉ねぎ・人参・三度豆 人参・きゅうり 干わかめ	精白米 上白糖・キャノーラ油・白ごま マカロニ(小麦)・マヨドレ	濃口醤油・みりん風 濃口醤油・みりん風・食塩・だし汁
		3時	牛乳 きな粉クッキー	牛乳(乳) きな粉		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	
8	火	昼食	ご飯 照り焼きチキン ごぼうのごまマヨサラダ オニオンスープ	鶏肉 	ごぼう・小松菜・人参 玉ねぎ・人参・ドライパセリ	精白米 上白糖・キャノーラ油 マヨドレ・白ごま	濃口醤油・みりん風 コンソメ・水
		3時	牛乳 フルーツポンチ	牛乳(乳)	パイナップル・黄桃缶・みかん缶		
9	水	昼食	ご飯 あかうおの煮付け ほうれん草ののり和え かぼちゃのみそ汁	赤魚 ナルト 味噌	しょうが ほうれん草・白菜・人参・きざみのり 南瓜・玉ねぎ	精白米 上白糖 上白糖	食塩・料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 お好み焼き	牛乳(乳) 竹輪・花かつお	キャベツ・ねぎ	小麦粉(小麦)	だし汁・とんかつソース
10	木	昼食	醤油ラーメン 大根のポン酢和え オレンジ	豚肉 ツナ	もやし・チンゲン菜・人参・コーン 大根・ブロッコリー・人参 オレンジ 	ラーメン(小麦)	ラーメンスープ・中華味・みりん風・水 味ぼんマイルド
		3時	お茶 ゆかりおにぎり		ゆかり	精白米	
11	金	昼食	チキンライス キャベツのフレンチサラダ さつまいものスープ	鶏肉	玉ねぎ・人参・三度豆 キャベツ・コーン・人参 えのき	精白米・キャノーラ油 上白糖・キャノーラ油 さつまいも	コンソメ・ケチャップ 酢・食塩 コンソメ
		3時	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳(乳)	レーズン	小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
14	月	昼食	ご飯 さわらの塩焼き チンゲン菜の和え物 具だくさんみそ汁	サワラ 豆腐・あげ・味噌	チンゲン菜・白菜・人参 玉ねぎ・人参・ねぎ 	精白米 キャノーラ油 上白糖	食塩 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 大学いも	牛乳(乳)		さつまいも・キャノーラ油・上白糖・黒ごま	みりん風
15	火	昼食	鶏肉の甘辛丼 白菜の塩昆布和え ほうれん草のみそ汁	鶏肉 竹輪 味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース 白菜・きゅうり・人参・汐ふき昆布 ほうれん草・人参	精白米・上白糖・片栗粉	だし汁・濃口醤油・みりん風 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 バナナ	牛乳(乳)	バナナ		

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
16	水	昼食	ご飯 ポークビーンズ フロccoliーのみそマヨサラダ キャベツのスープ	豚肉・大豆 味噌	玉ねぎ フロccoliー・カリフラワー・人参 キャベツ・玉ねぎ	精白米 キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	ケチャップ・コンソメ コンソメ・水
		3時	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳(乳) 豆腐		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水
17	木	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜の信田和え 大根のみそ汁	鶏肉 あげ 味噌	にんにく 小松菜・キャベツ・人参 大根・干わかめ	精白米 片栗粉・キャノーラ油 上白糖	料理酒・濃口醤油 濃口醤油 だし汁 
		3時	牛乳 青りんごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素青りんご・水
18	金	昼食	焼きそば 三度豆のサラダ じゃがいもの味噌汁	豚肉 味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参 三度豆・人参・コーン しめじ	ラーメン(小麦)・キャノーラ油 マヨドレ じゃがいも	トンカツソース だし汁
		3時	お茶 おかかおにぎり	花かつお		精白米	濃口醤油
21	月	昼食	そぼろピラフ 千切大根のサラダ わかめスープ	合ミンチ	玉ねぎ・人参 千切り大根・きゅうり・人参 干わかめ・白菜	精白米・マーガリン(乳) 上白糖	コンソメ 濃口醤油・酢 コンソメ・水
		3時	牛乳 ココアケーキ	牛乳(乳)		小麦粉(小麦)・上白糖・キャノーラ油	ベーキングパウダー・水・純ココア
22	火	昼食	ご飯 たらのマヨネーズ焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁	タラ  大豆 あげ・味噌	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ ひじき・人参・グリーンピース 南瓜	精白米 マヨドレ・キャノーラ油 上白糖	食塩・料理酒 濃口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 りんごのコンポート	牛乳(乳)	りんご・レモン	上白糖	
23	水	昼食	ご飯 筑前煮 ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁	鶏肉・竹輪 味噌	大根・ごぼう・人参・干しいたけ ほうれん草・もやし ねぎ	精白米 上白糖 白ごま・上白糖	濃口醤油・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳(乳)		さつまいも	
24	木	昼食	ご飯 豚肉のカレーソテー ポテトサラダ 小松菜のスープ	豚肉 ツナ	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン ミックスベジタブル 小松菜・玉ねぎ	精白米 上白糖・キャノーラ油 じゃがいも・マヨドレ	カレー粉・ケチャップ・とんかつソース コンソメ・水
		3時	牛乳 豆乳プリン	牛乳(乳) 豆乳	クールアガー	上白糖	
25	金	昼食	五目うどん チンゲン菜の和え物 バナナ	鶏肉・あげ	人参・玉ねぎ・ねぎ チンゲン菜・キャベツ・人参 バナナ	うどん(小麦) 上白糖 	濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油
		3時	お茶 たぬきおにぎり	花かつお	ねぎ	精白米	天かす(小麦)・濃口醤油・みりん風
28	月	昼食	ご飯 白身魚の竜田揚げ 高野豆腐の煮物 キャベツのみそ汁	ホキ 高野豆腐 味噌	しょうが 人参・きぬさや キャベツ・干わかめ	精白米 上白糖・片栗粉・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油・料理酒 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 マカロニきな粉	牛乳(乳) きな粉		マカロニ(小麦)・上白糖	
30	水	昼食	三色丼 春雨サラダ さつまいものみそ汁	合ミンチ 味噌	玉ねぎ・しょうが・小松菜・コーン きゅうり・人参 ねぎ	精白米・上白糖 緑豆春雨・マヨドレ さつまいも	濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 いちごゼリー	牛乳(乳)			カップゼリーの素ストロベリー・水

1~2歳栄養士の平均 エネルギー(工) 428kcal たんぱく質(た) 15.1g 脂質(脂) 13.6g 食塩相当量(食塩) 1.5g

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★()内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★10時おやつのお菓子は園より提供になります。

名 阪 食 品