

# 4月の献立表

ふじま幼稚園 2020年 4月



日	曜日	昼食 午前おやつ 午後おやつ	さいりょう			その他
			赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・果類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
1	水	ブルコギ丼 即席漬け 玉子スープ ウエハース りんごのスコーン 牛乳	豚肉 玉子	玉葱, 葱, もやし, 赤パプリカ, にんにく 大根, 人参 三つ葉	胡麻, 砂糖, 胡麻油, 米 胡麻油	醤油, 料理酒 塩 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
2	木	アジのカレー風味焼き 海藻チーズサラダ 切干としめじのスープ ご飯 大根煮 チョコムース 麦茶	あじ チーズ	海藻ミックス, 胡瓜, 人参 切干大根, しめじ	サラダ油, 小麦粉 胡麻油, 砂糖 胡麻油 米	塩, カレー粉 酢, 醤油, 塩 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
3	金	鶏肉のマーメイド焼き マカロニサラダ オニオンスープ ロールパン 蒸しかぼちゃ そうめんチャンプルー 麦茶	鶏肉 ロースハム	にんにく, 生姜 胡瓜, コーン 玉葱, マッシュルーム, パセリ	マーメイドジャム シェルマカロニ, マヨネーズ オリーブオイル ロールパン	醤油, 料理酒 塩, こしょう コンソメ, 塩, こしょう
4	土	焼きうどん バナナ もやしとほうれん草の中華スープ 南瓜ポーロ マリービスケット 麦茶	豚肉, かつお節 ナルト	人参, 玉葱, きゃべつ バナナ もやし, ほうれん草	うどん, サラダ油 胡麻, 胡麻油 ポーロ マリービスケット	醤油, 塩, こしょう, 料理酒, みりん 鶏がらスープ 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
6	月	肉野菜炒め 豆腐焼売 じゃが芋と絹さやの味噌汁 ご飯 赤ちゃんせんべい カップマドレーヌ 牛乳	豚肉 豆腐しゅうまい 味噌 絹さや	人参, もやし, 玉葱, きゃべつ, ピーマン, 生姜 絹さや	サラダ油, 砂糖 じゃが芋 米	中華味, 塩, 醤油, こしょう 天然だし 赤ちゃんせんべい
7	火	チーズオムレツ ブロッコリーのマヨサラダ チンゲン菜スープ ふりかけご飯 ウエハース じゃがまる 牛乳	玉子, 豚肉, チーズ	人参, 玉葱 ブロッコリー, コーン, 人参 青梗菜, 長葱, えのき茸	マヨネーズ 米	塩, こしょう, ケチャップ こしょう, 塩 コンソメ, 塩, 醤油 ふりかけ
8	水	鶏の塩こうじ焼 れんごんの金平 さつま芋と小葱の味噌汁 ご飯 ヨーグルト ジャムサンドクラッカー 牛乳	鶏肉 味噌	蓮根, いんげん, 人参 玉葱, 万能葱	サラダ油 砂糖, サラダ油 さつま芋 米	塩, こうじ 醤油 天然だし
9	木	回鍋肉 青のり粉ふき芋 はんぺんのすまし汁 ご飯 マリービスケット フルーツゼリー 麦茶	豚肉, 味噌 はんぺん	きゃべつ, 人参, 長葱, にんにく 青のり粉 絹さや	サラダ油, 砂糖, 片栗粉 じゃが芋 米	醤油, 料理酒, こしょう 塩 天然だし, 塩, 醤油
10	金	鮭の塩焼き 切干大根の煮つけ ほうれん草と葱の味噌汁 ご飯 南瓜ポーロ ソース焼きそば 麦茶	さけ 油揚げ, 味噌	切干大根, 干し椎茸, 人参, いんげん ほうれん草	サラダ油 サラダ油, 砂糖 焼酎 米	塩 料理酒, 天然だし, 醤油 天然だし
11	土	ホットドック 野菜ツナサンド オレンジ ミルクスープ チーズ ぼたぼた焼き 麦茶	ウインナー ツナ 牛乳 チーズ	人参, 玉葱, もやし, きゃべつ, 青のり粉	サラダ油, 砂糖, 片栗粉 じゃが芋 米	醤油, 料理酒, こしょう 塩 天然だし, 塩, 醤油
13	月	鶏の照り焼き お揚げと野菜の胡麻味噌和え 花魁とわかめのすまし汁 ご飯 赤ちゃんせんべい 豆腐ドーナツ 牛乳	鶏肉 油揚げ, 味噌	生姜 きゃべつ, 人参, 胡瓜 わかめ	砂糖 胡麻, 砂糖 花魁 米	醤油, みりん 料理酒 天然だし, 塩, 醤油
14	火	ミートソースバグティ ごぼうと枝豆のサラダ キノコのスープ ウエハース 揚げ玉と胡麻のおにぎり 麦茶	豚肉 豚肉	人参, 玉葱, 人参, にんにく 枝豆, ごぼう, 人参 しめじ, えのき茸, 長葱	スバグティ, サラダ油 マヨドレ 胡麻油 バナノウエハース	ケチャップ, 卵, 対応ハヤシシブ コンソメ, 塩 塩, こしょう 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
15	水	豚味噌丼 ほうれん草のなめたけ和え のっぺい汁 オレンジ レーズン蒸しぱん 牛乳	豚肉, 味噌 竹輪, 豆腐	玉葱, 人参, いんげん, 生姜, にんにく ほうれん草, もやし, なめ茸 大根, 人参, しめじ	サラダ油, 砂糖, 米 胡麻油 サラダ油	みりん, 醤油 天然だし, 塩, みりん, 醤油
16	木	コロッケ 小松菜と人参の磯和え 大根とわかめの味噌汁 中華風炊き込みごはん マリービスケット フレンチトースト 麦茶	ミートコロッケ 味噌 鶏肉	小松菜, 人参, 焼のり わかめ, 長葱, 大根 葱, 椎茸, 人参, 絹さや	サラダ油 米, サラダ油, 砂糖, 胡麻油 マリービスケット 食パン, 砂糖, マーガリン	醤油 天然だし みりん, 醤油, 鶏がらスープ, 塩, 料理酒 バナラエッセンス 麦茶

# 4月の献立表



ふじま幼稚園 2020年 4月

日 曜日	昼食 午前おやつ 午後おやつ	さいりょう			その他
		赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・果類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	
17 金	ハヤシライス	豚肉	玉葱, マッシュルーム, グリンピース	サラダ油, 米	丸刈鹿ハヤシフレック, ウスターソース ケチャップ, コンソメ, 塩, こしょう 酢, 醤油, 塩
	フレンチサラダ バナナ		白菜, 人参, 胡瓜 バナナ	サラダ油, 砂糖	
	蒸しさつま手			さつま手	
	シュガースナック 麦茶	牛乳		焼酎, マーガリン, グラニュー糖	麦茶
18 土	オムライス ミニゼリー	鶏肉, 玉子	玉葱, コーン, グリンピース	米, サラダ油, 砂糖 フルーツゼリー	塩, こしょう, ケチャップ
	野菜コンソメスープ		きゃべつ, 人参, 玉葱		コンソメ, 塩, こしょう
	赤ちゃんせんべい 醤油せんべい			醤油せんべい	赤ちゃんせんべい
	麦茶				麦茶
20 月	ハンバーグ ポテトサラダ お野菜のスープ ご飯	ハンバーグ ロースハム	胡瓜, コーン きゃべつ, 人参, 玉葱	じゃが芋, 砂糖, マヨネーズ	ケチャップ 塩 コンソメ, 塩, こしょう
	バナナ		バナナ	米	
	豆乳プリン黒みつがけ 牛乳	豆乳 牛乳	ゼラチン	砂糖, 黒砂糖	寒天, バニラエッセンス
	麦茶				麦茶
21 火	きつねうどん 青菜と玉子の和え物 りんご	味付油揚げ, かまぼこ 玉子	長葱 ほうれん草, 人参, しめじ りんご	うどん, 砂糖 サラダ油, 砂糖	天然だし, 醤油, 塩, みりん 塩, 醤油
	南瓜ボーロ			ボーロ	
	菜めしらすおにぎり	しらす	菜めしご飯の素	米	
	麦茶				麦茶
22 水	麻婆豆腐 ナムル わかめスープ ご飯	豆腐, 豚肉, 味噌	椎茸, 人参, 長葱, にんにく, 生姜 もやし, 人参, 小松菜 わかめ, 玉葱	サラダ油, 胡麻油, 砂糖, 片栗粉 胡麻, 砂糖, 胡麻油 胡麻, 胡麻油	醤油, 中華味, 鶏がらスープ 塩, 鶏がらスープ 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
	ウエハース			バナノウエハース	
	チーズスコーン 牛乳	牛乳, チーズ 牛乳		ホットケーキミックス, マーガリン	
	麦茶				麦茶
23 木	マカロニグラタン キャベツのドレッシング和え トマトスープ ロールパン	鶏肉, 牛乳, チーズ 大豆	玉葱, マッシュルーム, パセリ きゃべつ, 胡瓜, 人参 玉葱, 人参, 水餃子トマト	マカロニ, 砂糖, パン粉 砂糖, サラダ油 サラダ油, 砂糖 ロールパン	塩, こしょう, コンソメ, ホワイトソース 塩, こしょう, 酢 ケチャップ, コンソメ, 塩
	りんご		りんご		
	五平もち 麦茶	味噌		米, 砂糖, 胡麻	みりん 麦茶
	麦茶				麦茶
24 金	さばの味噌煮 高野豆腐とひじきの煮物 とろろ昆布汁 ご飯	さば, 味噌 高野豆腐, さつま揚げ	生姜 ひじき, 人参, いんげん 昆布, 三つ葉	砂糖 砂糖	料理酒, みりん 天然だし, 料理酒, みりん, 醤油 天然だし, 塩, 醤油
	赤ちゃんせんべい				赤ちゃんせんべい
	マカロニきなこ 麦茶	きな粉		マカロニ, 砂糖	麦茶
	麦茶				麦茶
25 土	チャーハン キャベツと竹輪の中華和え わかめスープ マリービスケット サラダせんべい 麦茶	豚肉 竹輪	玉葱, 人参, グリンピース, コーン きゃべつ わかめ, 玉葱	米, サラダ油 胡麻, 砂糖, 胡麻油 胡麻, 胡麻油	鶏がらスープ, 塩, こしょう, 醤油 酢, 醤油 鶏がらスープ, 醤油, 塩, こしょう
	麦茶			マリービスケット サラダせんべい	
	麦茶				麦茶
	麦茶				みりん, 醤油 醤油, 酢 天然だし
27 月	豚肉の生姜焼き 青菜と海苔の和え物 南瓜と絹さやの味噌汁 ご飯	豚肉 味噌	玉葱, 人参, 生姜 ほうれん草, もやし, きゃべつ, 焼のり 南瓜, 玉葱, 絹さや	サラダ油 胡麻油	醤油 醤油, 酢 天然だし
	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
	だまごロールサンド 牛乳	玉子 牛乳		ロールパン, マヨネーズ	塩, こしょう
	麦茶				麦茶
28 火	からあげ 菜の花の和え物 具沢山味噌汁 ご飯 ブルーベリーケーキ	鶏肉 玉子, しらす 油揚げ, 味噌	にんにく, 生姜 ほうれん草, 菜の花 白菜, 大根, 人参	小麦粉, 片栗粉, サラダ油 砂糖	醤油, 料理酒 醤油 天然だし
	にんじん煮	玉子, 牛乳	ブルーベリー	米 スポンジケーキミックス	
	オレンジフルーチェ 麦茶	牛乳	人参	砂糖 フルーチェベース	砂糖 フルーチェベース
	麦茶				麦茶
30 木	親子煮 もやしの胡麻和え 長ねぎとじゃが芋の味噌汁 ご飯	鶏肉, 玉子 胡麻 味噌	玉葱, しめじ, 絹さや もやし, 人参, 小松菜 長葱	サラダ油, 砂糖, 片栗粉 砂糖 じゃが芋 米	みりん, 醤油, 塩, 天然だし 醤油 天然だし
	チーズ	チーズ			
	ミルクくずもち 麦茶	牛乳, きな粉		片栗粉, 砂糖	塩 麦茶
	麦茶				麦茶

※27品目アレルギー不使用の食材には 丸刈鹿 と表記しています。  
※都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。

## 給食室より



ご入園・ご進級おめでとうございます。  
春の訪れとともに、新しいお友達や新しい場所といった環境の変化に  
ワクワク・ドキドキの新学期がスタートしますね。  
給食室では、栄養バランスを考え、旬の食材を取り入れた献立を作っています。  
いろいろな食材と出会い、子供達の成長の糧となるような  
安全で美味しい給食の提供が出来る様努力していきたいと思ひます。  
今年度もよろしくお願ひいたします。



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1歳～2歳	エネルギー	460kcal	
	たんぱく質	15.2～23.2g	
3歳～5歳	エネルギー	550kcal	
	たんぱく質	15.2～23.2g	

※目標栄養価は昼食とおやつを合算したものととなります

