

4月のきゅうしょくこんだてひょう

おだ学園保育園

日	給食	主な食品			3,4,5歳児栄養量	おやつ	補食
		力や体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	0,1,2歳児栄養量		
1 (土)	そばろ丼 わかめの味噌汁 野菜のゆかり和え 清見オレンジ	米 きび砂糖 油 片栗粉 じゃがいも	鰹節 味噌 鶏肉 わかめ 塩昆布 焼き海苔	玉ねぎ 生姜 グリーンピース きゅうり 人参 清見オレンジ	477/14.6	のり巻き 麦茶	おにぎり フルーツ
					358/11.1		
3 (月)	ごはん 麩の味噌汁 鶏の唐揚げ 春雨サラダ りんご	米 塩麹 麩 きび砂糖 片栗粉 油 春 雨 パン生地 さつまいも	鰹節 味噌 鶏肉 バター 牛乳	玉ねぎ しめじ にんにく 生姜 もやし きゅうり 人参 りんご	55.3/22.6	さつまいもパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					399/16.1		
4 (火)	ごはん じゃがいもの味噌汁 かじきのステーキ ほうれん草のおかか和え でこぼん	米 じゃがいも 塩麹 き び砂糖	鰹節 味噌 かじき 小麦粉 パター 牛乳	もやし 玉ねぎ りんご ほうれん草 人参 でこぼん	476/23.6	ショートブレッド 牛乳	おにぎり フルーツ
					325/14.3		
5 (水)	ごはん キャベツの味噌汁 豚肉のケチャップ炒め マカロニサラダ みかんヨーグルト	米 塩麹 油 きび砂糖 片栗粉 マカロニ 食パン生地	鰹節 味噌 豚肉 ヨーグルト チーズ 牛乳	キャベツ えのき 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり コーン みかん ピーマン	475/19.1	ピザパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					325/14.3		
6 (木)	ごはん しいたけのすまし汁 鶏肉の味噌照り焼き 大根とこんにゃくのきんぴら りんご	米 塩麹 こんにゃく ごま油 きび砂糖 じゃがいも 片栗粉	豆腐 鰹節 味噌 鶏肉	しいたけ にんにく 大根 人参 絹さや りんご	547/23.1	じゃがもち 麦茶	おにぎり フルーツ
					406/17.3		
7 (金)	ミートソーススパゲティ オニオンスープ フレンチサラダ 清見オレンジ	スパゲティ きび砂糖 オリーブ油 米	豚肉 鶏肉	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ピーマン きゃべつ きゅうり 清見オレンジ	655/27.7	鶏そばろおにぎり 麦茶	おにぎり フルーツ
					516/21.9		
8 (土)	スタミナ丼 大根の味噌汁 ほうれん草のナムル でこぼん	米 きび砂糖 片栗粉 ごま油	鶏肉 油揚げ 鰹節 味噌 チーズ	玉ねぎ ニラ 人参 にんにく 生姜 大根 ほうれん草 もやし でこぼん	490/15.8	おかかチーズおにぎり 麦茶	おにぎり フルーツ
					336374/12.1		
10 (月)	ごはん わかめの味噌汁 ささみのパン粉焼き キャベツのおかか和え りんご	米 豆腐 塩麹 パン粉 オリーブ油 さつまいも	わかめ 鰹節 味噌 鶏肉 塩麹 チーズ	ねぎ きゃべつ きゅうり 人参 りんご	351/17.5	さつまいもの チーズサンド 麦茶	おにぎり フルーツ
					249/12.4		
11 (火)	ごはん なすの味噌汁 酢豚 スティックサラダ でこぼん	米 きび砂糖 油 片栗粉 ごま油 食パン	油揚げ 鰹節 味噌 豚肉 牛乳	なす 玉ねぎ 人参 ピーマン スナップえんどう 大根 でこぼん	636/20.1	ジャムロールパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					261468/14.8		
12 (水)	焼き鳥丼 大根の味噌汁 ほうれん草のナムル ぶどうゼリー	米 塩麹 きび砂糖 片栗粉 ごま油 小麦粉 油	鶏肉 わかめ 鰹節 味噌 ゼラチン 牛乳	長ねぎ 生姜 大根 ほうれん草 もやし	586/21.6	クッキー 牛乳	おにぎり フルーツ
					452/16.6		
13 (木)	ごはん 豆腐の味噌汁 さわらの西京焼き 筑前煮 りんご	米 きび砂糖 こんにゃく 食パン生地 グラニュー糖	豆腐 鰹節 味噌 さわら 鶏肉 パター 牛乳	キャベツ れんこん ごぼう 人参 たけのこ いんげん りんご	561/25.2	シュガーパン 麦茶	おにぎり フルーツ
					409/18.7		
14 (金)	食パン 春キャベツと新玉ねぎのスープ 豆腐ハンバーグ コールスローサラダ 清見オレンジ	食パン 塩麹 きび砂糖 オリーブ油 米 ごま油 パン粉	鶏肉 豆腐 牛乳 豆乳 味噌	きゃべつ 玉ねぎ きゅうり 人参 コーン 清見オレンジ ピーマン	517/19.6	チャーハンおにぎり 麦茶	おにぎり フルーツ
					365/14.0		
15 (土)	ごはん えのきの味噌汁 鶏肉のチーズ焼き キャロットサラダ でこぼん	米 塩麹 オリーブ油 きび砂糖 さつまいも	鰹節 味噌 鶏肉 チーズ	えのき なす 人参 きゅうり でこぼん	411/13.8	ふかしさつまいも 麦茶	おにぎり フルーツ
					307/10.5		

日	給食	主な食品			3,4,5歳児栄養量	おやつ	補食
		力や体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	0,1,2歳児栄養量		
17 (月)	ごはん なめこの味噌汁 鶏のオニオン焼き ブロッコリーのおかか和え りんご	米 塩麹 きび砂糖 食 パン生地	豆腐 鰹節 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	長ねぎ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 なめこ りんご 生姜 海苔	431/14.1	照り焼きチキンパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					315/14.4		
18 (火)	ごはん じゃがいもの味噌汁 さばの塩こうじ焼き がんもの煮物 でこぼん	米 じゃがいも 塩麹 きび砂糖 小麦粉	鰹節 味噌 さば 鶏肉 がんも 牛乳	キャベツ たけのこ 人参 いんげん でこぼん	464/23.4	クッキー 牛乳	おにぎり フルーツ
					343/16.7		
19 (水)	ごはん 貝だくさん汁 カレーコロッケ キャベツの人参ドレッシングサラダ りんごゼリー	米 じゃがいも きび砂糖 パン粉 小麦粉 油 オリーブ油	鶏肉 油揚げ ツナ ゼラチン チーズ 牛乳	大根 人参 ごぼう 長ねぎ きゃべつ きゅうり 玉ねぎ	775/23.7	チーズドッグ 牛乳	おにぎり フルーツ
					582/18.1		
20 (木)	マーボー丼 ほうれん草のスープ もやしのナムル 清見オレンジ	米 きび砂糖 じゃがいも ごま油 食 パン 小麦粉	豆腐 豚肉 甜面醬 味噌 鶏肉 牛乳	たけのこ 人参 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 もやし 清見オレンジ	585/23.1	カレーロールサンド 麦茶	おにぎり フルーツ
					435/17.0		
21 (金)	ごはん しいたけのすまし汁 鶏つくねの照り焼き 切干大根の煮物 りんご	米 きび砂糖 油 片栗粉 小麦粉 長いも	鰹節 鶏肉 豆腐 油揚げ	しいたけ 長ねぎ 人参 生姜 切干大根 いんげん りんご きゃべつ	481/19.6	お好み焼き 麦茶	おにぎり フルーツ
					353/15.0		
22 (土)	鶏豆腐丼 玉ねぎの味噌汁 野菜のゆかり和え でこぼん	米 きび砂糖 片栗粉	鶏肉 豆腐 鰹節 味噌 バター	玉ねぎ 人参 ほうれん草 アスパラ でこぼん コーン	509/18.1	コーンバターおにぎり 麦茶	おにぎり フルーツ
					394/13.7		
24 (月)	ごはん もやしの味噌汁 鶏肉の西京焼き キャベツの昆布和え りんご	米 塩麹 きび砂糖 じゃがいも 食パン生地	鰹節 味噌 鶏肉 塩昆布 チーズ 牛乳	もやし きゃべつ きゅうり 人参 りんご 玉ねぎ ピーマン コーン	413/34.4	ピザパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					327/27.4		
25 (火)	肉うどん とうもろこしのかき揚げ きゅうりの酢の物 でこぼん	うどん きび砂糖 小麦粉 油 米	豚肉 鰹節 わかめ	玉ねぎ 長ねぎ コーン きゅうり 人参 でこぼん	446/10.8	おかかおむすび 麦茶	おにぎり フルーツ
					331/17.1		
26 (水)	ごはん 豆腐の味噌汁 かじきのパン粉焼き ひじきの煮物 清見オレンジ	米 パン粉 オリーブ油 きび砂糖 ごま油 食パン生地	豆腐 鰹節 味噌 かじき チーズ ひじき 油揚げ	長ねぎ 人参 いんげん 清見オレンジ コーン	522/23.1	コーンパン 牛乳	おにぎり フルーツ
					375/16.5		
27 (木)	ごはん しめじのスープ タンダーチキン コロコロサラダ みかんヨーグルト	米 塩麹 きび砂糖 じゃがいも オリーブ油 マカロニ	鶏肉 ヨーグルト チーズ	しめじ 玉ねぎ にんにく きゅうり 人参 みかん きゃべつ	358/22.0	マカロニスープ 麦茶	おにぎり フルーツ
					257/15.6		
28 (金)	チキンカレーライス しいたけのスープ ブロッコリーサラダ人参ドレッシング でこぼん	米 塩麹 じゃがいも 小麦粉 きび砂糖 油 オ リーブ油	鶏肉 ルウ	玉ねぎ 人参 しいたけ コーン ブロッコリー でこぼん	503/16.4	ちんすこう 麦茶	おにぎり フルーツ
					363/12.0		

きゅうしょくだより

にゅうえん・しんきゅう おめでとうございます

きゅうしょくしつってどんなところが しているかな??

みんなが げんきに すごせるように えいようをかながえた きゅうしょくを つくっているよ

おひさまるーむに きたら きゅうしょくしつも のそいて みてね!



保護者のみなさまへ

おだ学園保育園の給食はたくさんのごだわりがつまっています!

