

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	おやつ	主な食品			栄養価 エネルギー たんぱく質	補食
			カや体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
1 (月)	ごはん しめじのスープ タンドリーチキン コロコロサラダ みかんヨーグルト	りんごケーキ 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 オリーブ油 油 じゃがいも	コンソメ 鶏肉 ヨーグルト チーズ 牛乳	しめじ 玉ねぎ きゅうり 人参 みかん缶 りんご	569/24.3	おにぎり フルーツ
			417/17.4				
2 (火)	そばろ丼 わかめの味噌汁 マカロニサラダ 清見オレンジ	ピザパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 マカロニ 食パン生地	鶏肉 わかめ チーズ 牛乳	玉ねぎ グリンピース 長ねぎ きゅうり 人参 コーン 清見オレンジ ビーマン	443/17.3	おにぎり フルーツ
			325/12.8				
3 (水)	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	塩昆布おにぎり 漬物 麦茶	うどん 油 きび砂糖 米	豚肉 わかめ 塩昆布	玉ねぎ 人参 コーン きゅうり でこぼん	424/10.1	おにぎり フルーツ
			328/7.8				
4 (木)	ごはん 豆腐のすまし汁 さわらの西京焼き 筑前煮 りんご	シュガーパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 こんにゃく パン生地	豆腐 さわら 鶏肉 牛乳	長ねぎ ごぼう 人参 たけのこ りんご	560/26.0	おにぎり フルーツ
			409/19.2				
5 (金)	食パン 新玉ねぎのスープ 豆腐ハンバーグ コールスローサラダ バナナ	チャーハンおにぎり 漬物 麦茶	食パン 塩こうじ きび砂糖 米 ごま油	コンソメ 豚肉 鶏肉 豆腐 牛乳	玉ねぎ ほうれん草 きゃべつ きゅうり 人参 バナナ ビーマン	582/20.8	おにぎり フルーツ
			422/15.2				
6 (土)	ごはん きゃべつの味噌汁 豚肉のケチャップ炒め きゅうりのゆかり和え フルーツ	海苔おにぎり 漬物・フルーツ 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖	油揚げ 豚肉 焼き海苔	きゃべつ ビーマン 玉ねぎ きゅうり 人参 フルーツ	478/14.4	おにぎり フルーツ
			353/10.9				
8 (月)	ごはん もやしの味噌汁 鶏ひき肉のパン粉焼き ブロッコリーのおかか和え りんご	さつまいも チーズサンド 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 オリーブ油 さつまいも	厚揚げ 鶏肉 粉チーズ チーズ	もやし ブロッコリー 人参 りんご	374/15.0	おにぎり フルーツ
			262/10.6				
9 (火)	スタミナ丼 大根の味噌汁 ひじきサラダ でこぼん	コーンマヨパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 ごま油	豚肉 わかめ 牛乳	玉ねぎ 人参 たら 大根 ほうれん草 もやし でこぼん コーン	499/17.6	おにぎり フルーツ
			357/12.7				
10 (水)	ナポリタン オニオンスープ フレンチサラダ みかんゼリー	そばろおにぎり 麦茶	スパゲッティ きび砂糖 油 オリーブ油 米	鶏肉 コンソメ	玉ねぎ ビーマン 人参 きゃべつ きゅうり 清見オレンジ	401/12.5	おにぎり フルーツ
			317/9.9				
11 (木)	ごはん 大根の味噌汁 さばの塩焼き がんもの煮物 納豆 でこぼん	クッキー 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖	さば 鶏肉 がんもどき 納豆 バター 牛乳	大根 ほうれん草 たけのこ 人参 いんげん でこぼん	511/26.9	おにぎり フルーツ
			396/19.4				
12 (金)	ごはん 麩の味噌汁 鶏の唐揚げ 春雨サラダ バナナヨーグルト	さつまいもパン 牛乳	米 麩 塩こうじ きび砂糖 油 春雨 ごま油 さつまいも 食パン生地	鶏肉 ヨーグルト バター 牛乳	長ねぎ もやし きゅうり 人参 バナナ	581/25.1	おにぎり フルーツ
			430/19.2				
13 (土)	ごはん じゃがいもの味噌汁 豚肉のカレー炒め ほうれん草のナムル フルーツ	おかかチーズおにぎり 漬物・フルーツ 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 油 じゃがいも	豚肉 チーズ	玉ねぎ ビーマン 人参 ほうれん草 きゅうり フルーツ	451/12.2	おにぎり フルーツ
			327/10.7				
15 (月)	ごはん えのきの味噌汁 鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーソテー でこぼん	ふかしさつまいも 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 油 さつまいも	油揚げ 鶏肉 チーズ バター	えのき ブロッコリー しめじ コーン でこぼん	387/17.8	おにぎり フルーツ
			268/13.6				

日	給食	おやつ	主な食品			栄養価 エネルギー たんぱく質	補食
			カや体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
16 (火)	ごはん きゃべつの味噌汁 かじきのステーキ ほうれん草のおかか和え バナナ	ショートブレッド 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖	かじき バター 牛乳	きゃべつ 玉ねぎ りんご ほうれん草 人参 バナナ	497/23.3	おにぎり フルーツ
			340/14.1				
17 (水)	ごはん けんちん汁 カレーコロッケ きゃべつのツナマヨサラダ リンゴゼリー	バナナケーキ 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 じゃがいも	豆腐 油揚げ 鶏肉 ツナ缶 生クリーム	大根 人参 ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ きゃべつ きゅうり バナナ	706/20.6	おにぎり フルーツ
			524/15.2				
18 (木)	ごはん しいたけの味噌汁 鶏つくねの照り焼き 切り干し大根の煮物 せとか	フライドポテト 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 油 じゃがいも	鶏肉 豆腐 油揚げ	しいたけ 長ねぎ 玉ねぎ 人参 いんげん せとか	453/16.9	おにぎり フルーツ
			334/13.0				
19 (金)	焼き鳥丼 大根の味噌汁 きゃべつのゆかり和え 清見オレンジ	チーズパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 ごま油 パン生地	鶏肉 豆腐 チーズ 牛乳	長ねぎ なめこ ブロッコリー 人参 清見オレンジ	534/25.8	おにぎり フルーツ
			409/19.7				
20 (土)	ごはん なめこの味噌汁 鶏肉のオニオン焼き ブロッコリーのおかか和え フルーツ	たぬきおにぎり 漬物・フルーツ 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖	鶏肉	大根 ほうれん草 玉ねぎ きゃべつ 人参 きゅうり フルーツ	471/14.8	おにぎり フルーツ
			353/11.4				
22 (月)	ごはん 茄子の味噌汁 酢豚 ほうれん草のごま和え でこぼん	照り焼きチキンパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 食パン生地	豚肉 鶏肉 チーズ 牛乳	茄子 玉ねぎ ビーマン 人参 ほうれん草 もやし でこぼん	616/24.3	おにぎり フルーツ
			440/17.5				
23 (火)	豚丼 ほうれん草のスープ もやしのナムル りんご	フルーツヨーグルト (コーンフレーク入り) 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 油 ごま油 コーンフレーク	豚肉 コンソメ ヨーグルト	玉ねぎ グリンピース ほうれん草 コーン もやし 人参 りんご バナナ みかん缶 白桃缶	437/18.6	おにぎり フルーツ
			338/11.9				
24 (水)	チキンカレーライス しめじのスープ ブロッコリー人参ドレッシングサラダ ぶどうゼリー	ちんすこう 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 オリーブ油	鶏肉 コンソメ 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ コーン ブロッコリー もやし	699/18.1	おにぎり フルーツ
			536/13.4				
25 (木)	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	シュガーパン 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 オリーブ油 食パン生地	豆腐 かじき チーズ ひじき 厚揚げ バター 牛乳	長ねぎ 人参 いんげん 清見オレンジ	546/21.8	おにぎり フルーツ
			393/15.5				
26 (金)	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 でこぼん	カレーチーストースト 牛乳	米 塩こうじ きび砂糖 油 こんにゃく 食パン	鶏肉 牛乳	しいたけ 長ねぎ 大根 人参 いんげん でこぼん 玉ねぎ	565/23.4	おにぎり フルーツ
			397/16.5				
27 (土)	ごはん 油揚げの味噌汁 鶏肉の西京焼き きゃべつの昆布和え フルーツ	わかめおにぎり 漬物・フルーツ 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖	油揚げ 鶏肉 塩昆布 わかめ	きゃべつ 人参 フルーツ きゅうり	494/16.9	おにぎり フルーツ
			374/13.1				
30 (火)	ピピン丼 わかめのスープ 切り干し大根のサラダ 清見オレンジ	じゃがもち 麦茶	米 塩こうじ きび砂糖 油 ごま油 じゃがいも	豚肉 わかめ コンソメ ツナ缶 バター	もやし 人参 ほうれん草 玉ねぎ 切干大根 きゅうり 清見オレンジ	403/11.3	おにぎり フルーツ
			291/8.4				

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こだわりが詰まっています！

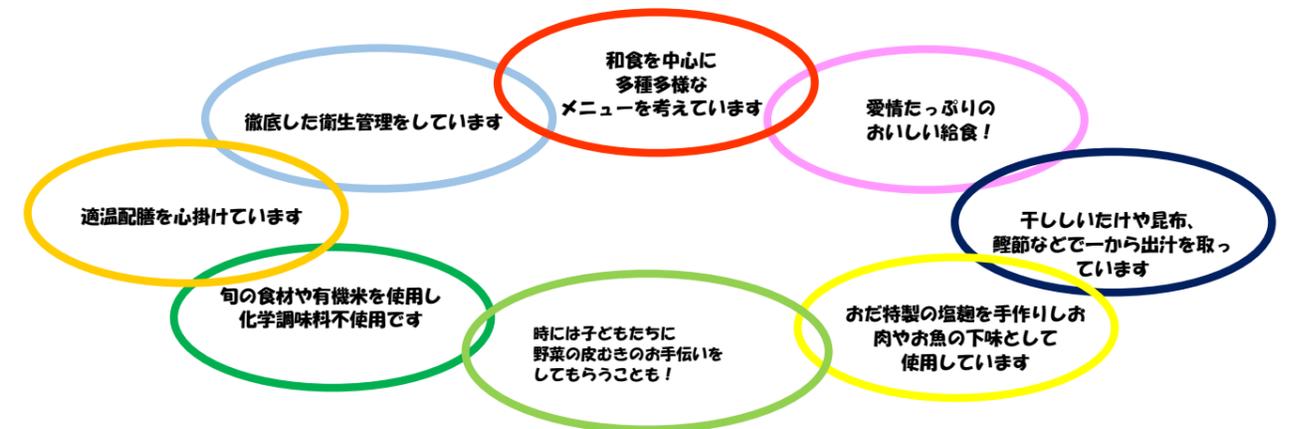
きゅうしょくだより

にゅうえん・しんきゅう おめでとうございます

きゅうしょくしつつってどんなところか 知っているかな??

みんなが げんきにすこせるように えいようをかんがえた きゅうしょくを つくっているよ

おひさまる一むに きたら きゅうしょくしつつも のぞいて みてね!



※食材調達の都合により献立内容が変更する場合がありますのでご了承ください