

令和6年 4月 献立表

二川保育園(川船作成)

日	曜	主食 以上児/未満児kcal	昼食	午後のおやつ (☆未満児午前 ♪手作り)	赤色	黄色	緑色	
					血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
1	月	鶏南蛮うどん 585/542kcal	春菊のかき揚げ もやしの胡麻和え	♪ひじきの炊き込みおにぎり 麦茶・デコポン ☆ヨーグルト	鶏肉 油揚げ ちくわ 魚肉 ごま ひじき	うどん ごはん	春菊 玉ねぎ もやし 葱 人参 椎茸 きゃべつ デコポン	
2	火	ごはん 531/423kcal	カレイのオーロラ焼き きゃべつと油揚げのサラダ 牛蒡の味噌汁	♪いちごゼリー 牛乳・おせんべい ☆プルーン (2日ふじ組:どら焼き・キラキラジュース)	カレイ 油揚げ	ごはん	きゃべつ 人参 牛蒡 玉ねぎ 椎茸 葱 いちご	
3	水	ごはん 610/552kcal	高野豆腐のそぼろ煮 青菜としらすの和え物 なめこの味噌汁	♪カステラ 牛乳・パイナップル ☆チーズ	高野豆腐 豚肉 卵 しらす	ごはん	玉ねぎ 椎茸 筍 人参 小松菜 もやし なめこ 葱 パイナップル	
4	木	ごはん 490/465kcal	かじきの葱塩焼き かぶの塩昆布和え 若竹汁	♪ボロネーゼペンネ 牛乳・デコポン 18日いちご ☆ヨーグルト	かじき 豚肉 塩昆布 わかめ	ごはん ペンネ	かぶ もやし 人参 葱 玉ねぎ 筍 18日いちご えのき デコポン	
5	金	ごはん 633/584kcal	春野菜シチュー きゃべつとツナのサラダ キウイフルーツ・チーズ	♪カルシウムトースト 牛乳・オレンジ ☆ヨーグルト	鶏肉 ツナ しらす チーズ	ごはん パン じゃが芋	アスパラ 牛蒡 オレンジ コーン キウイフルーツ 玉ねぎ きゃべつ 人参	
6	土	ビーフン 461/370kcal	もやしのナムル わかめスープ	♪シュガーパイ 麦茶・バナナ ☆★おせんべい	豚肉 わかめ	ビーフン パイ生地	玉ねぎ ニラ もやし 人参 バナナ	
8	月	豚汁うどん 581/538kcal	照り焼きチキン なめ茸和え	♪ゆかりチーズおにぎり 麦茶・バナナ ☆ヨーグルト	豚肉 鶏肉 チーズ	うどん さつま芋 ごはん	もやし 人参 胡瓜 玉ねぎ 葱 椎茸 牛蒡 バナナ なめ茸	
9	火	ごはん 494/415kcal (9日きく組:おにぎり・春野菜スープ)	鯉の甘酢あんかけ アスパラのおかか和え じゃが芋のみそ汁	♪コンフレークスナック 牛乳・オレンジ ☆プルーン	鯉	ごはん コンフレーク じゃが芋	人参 玉ねぎ えのき 椎茸 アスパラ もやし 葱 オレンジ	
10	水	コッペパン 538/463kcal	鶏肉のチーズパン粉焼き レタスのフレンチサラダ ポトフ	♪黒ゴマプリン 麦茶・ビスケット ☆チーズ	鶏肉 ごま ウインナー	パン じゃが芋	レタス 人参 胡瓜 コーン アスパラ 玉ねぎ	
11	木	ごはん 523/447kcal (25日さくら組:春野菜のチャーハン)	鯖の味噌マヨ焼き 梅和え ニラのすまし汁	♪揚げマカロニ 牛乳・パイナップル ☆バナナ	鯖 豆腐	ごはん マカロニ	もやし 人参 きゃべつ ニラ 筍 玉ねぎ 梅 パイナップル	
12	金	ごはん 541/447kcal	春野菜カレー 海藻サラダ チーズ バナナ	♪麩のラスク 牛乳・デコポン ☆ヨーグルト	豚肉 わかめ チーズ きな粉	ごはん 麩 じゃが芋	人参 玉ねぎ 牛蒡 アスパラ もやし バナナ デコポン 胡瓜	
13	土	☆★サンドイッチ 536/452kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	ヨーグルト 麦茶・おせんべい ☆★おかし	卵 ツナ チーズ 魚肉ソーセージ	パン	コーン 玉ねぎ パナナ	
19	金	 ☆誕生会 お楽しみ給食☆ 						

※献立内の青色は絵本の『ぐりとぐら』にでてくる『カステラ』を午後のおやつに提供します。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※2日はふじ組がどら焼き・キラキラジュース、9日はきく組がおにぎり・春野菜スープ、25日はさくら組が春野菜のチャーハンを作ります。

『ぐりとぐら』

お料理することと食べることが何より好きな野ねずみのぐりとぐらは、森で大きな卵を見つけました。目玉焼きにしようか卵焼きにしようか考えたすえ、カステラを作ることにしました。でも、卵が大きくて運べません。そこでフライパンをもってきて、その場で料理することにしました。カステラを焼く匂いにつられて、森じゅうの動物たちも集まってみんなで美味しくいただきます。

♪『若竹汁(筍のお吸い物)について』

若竹汁は、春先の新わかめと春が旬の筍を使ったすまし汁で、「若」はわかめ「竹」は筍のことを指します。この名前は、春のわかめと筍の組み合わせに由来しています。



※都合により献立、食材が変更になる場合があります。