



# 4月の給食献立表



平成26年4月5日  
北平田保育園

日	曜	行事	こんだて名	材料とその働き			おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)		
	1	火	ポークカレー・フルーツポンチ 牛乳	じゃがいも・バター	豚もも肉・牛乳	人参・玉ねぎ・いちご みかん・白桃・バナナ	お菓子 アップルジュース	E384 F14.5 P13.9食塩1.8
	2	水	鮭の照り焼き・すき昆布煮 みそ汁・いちご	油・砂糖	鮭・豚もも肉・油揚げ 味噌・にぼし・昆布	こんにゃく・人参 キャベツ	カップケーキ 牛乳	E303 F13.0 P20.0食塩2.1
	3	木	麻婆豆腐・中華和え わかめスープ・バナナ	砂糖・片栗粉・油・ごま ごま	豆腐・豚ひき肉・ハム わかめ	ねぎ・にんじん・しいたけ もやし・きゅうり・玉ねぎ	お菓子 グレープジュース	E323 F16.4 P17.8食塩1.9
	4	金	豚肉のケチャップ煮・かき玉汁 オレンジ	砂糖・片栗粉	豚もも肉・牛乳・卵 にぼし	玉ねぎ・ピーマン・人参 しめじ・チンゲンサイ・ねぎ	お菓子 牛乳	E287 F17.6 P17.4食塩1.8
	5	土	入園式					
	7	月	親子煮・お浸し・みそ汁・オレンジ	砂糖	鶏もも肉・かまぼこ・卵 豆腐・わかめ・みそ	玉ねぎ・しいたけ・人参 きゅうり・きゃべつ・オレンジ	お菓子 ココア	E309 F13.8 P19.8食塩2.6
	8	火	迎える会 タラのムニエル・アスパラサラダ コーンスープ・いちご	薄力粉・バター・油 マヨネーズ	タラ・にぼし	アスパラ・きゃべつ・人参 コーン・玉ねぎ・いちご	★チーズパン 牛乳	E261 F11.7 P13.0食塩1.4
	9	水	五目卵焼き・胡麻きゅうり チーズ納豆・みそ汁・バナナ	油・砂糖	卵・ひき肉・納豆・味噌 チーズ・油揚げ・にぼし	人参・しいたけ・ねぎ・もやし きゅうり・バナナ	★磯風ポテト ヨーク	E379 F18.9 P23.3食塩2.5
	10	木	ハンバーグ・茹キャベツ・みそ汁 オレンジ	パン粉・油	豚ひき肉・卵・牛乳 薄揚げ・味噌・にぼし	玉ねぎ・きゃべつ・人参・大根 オレンジ	★いちごヨーグルト	E340 F232 P17.3食塩1.7
	11	金	避難訓練 保護者会総会 クリームシチュー・コールスロー ふりかけ・野菜ジュース・いちご	じゃがいも・バター バター	鶏もも肉・牛乳	玉ねぎ・人参・きゅうり みかん・きゃべつ・いちご	ドーナツ 牛乳	E324 F12.3 P15.2食塩2.3
	12	土	豚汁・ふりかけ・牛乳・バナナ	じゃがいも	豚もも肉・油揚げ 味噌・牛乳・にぼし	人参・ごぼう・つきこん・ねぎ しめじ・バナナ		
	14	月	鶏の唐揚げ・春雨サラダ みそ汁・いちご	油・砂糖・ごま油 片栗粉・春雨	鶏もも肉・ハム・豆腐 味噌・にぼし	生姜・きゅうり・にんじん もやし・こまつな・いちご	ピーチゼリー	E252 F8.7 P13.2食塩1.8
	15	火	ハッシュドポーク・スパゲティサラダ 牛乳・ネーブルオレンジ	バター・生クリーム マヨネーズ・スパゲティ	豚もも肉・ハム 牛乳	玉ねぎ・人参・マッシュルーム きゅうり・きゃべつ・オレンジ	★フルーツヨーグルト	E467 F24.5 P18.5食塩2.3
	16	水	かもしかクラブ 入会式 肉じゃが・野菜の和え物 みそ汁・いちご	じゃがいも・油・砂糖 ごま	豚もも肉・かまぼこ わかめ・味噌・にぼし	玉ねぎ・人参・きゃべつ つきこん・もやし・いちご	★カルピスマース	E326 F12.2 P17.8食塩2.4
	17	木	豚の生姜焼き・ポテトサラダ みそ汁・オレンジ	砂糖・油・じゃがいも マヨネーズ・焼き麴	豚肩ロース・豆腐 にぼし	ピーマン・玉ねぎ・きゅうり にんじん・オレンジ・生姜	★キャラットパン 麦茶	E476 F21.3 P20.4食塩2.2
	18	金	集金 キャベツ畑のメンチカツ・すまし汁 ほうれん草の和え物・バナナ	薄力粉・油・パン粉 ごま油・焼き麴	豚ひき肉・卵・わかめ 豆腐・かつお節	きゃべつ・玉ねぎ・もやし 人参・ほうれん草・バナナ	お菓子 スポロン	E460 F19.3 P17.9食塩2.4
	19	土	コーンシチュー・野菜ジュース バナナ	じゃがいも・バター	鶏もも肉・牛乳	玉ねぎ・人参・コーン 野菜ジュース		
	21	月	アリゾナソテー・お浸し オレンジゼリー・中華スープ	油	豚肩ロース・豆腐	きゃべつ・人参・チンゲン菜 ねぎ・玉ねぎ・オレンジゼリー	お菓子 牛乳	E310 F19.2 P14.7食塩1.2
	22	火	サーモン焼き・野菜炒め・みそ汁 いちご	油	鮭・油揚げ・ベーコン 味噌・にぼし	きゃべつ・玉ねぎ・もやし 人参・ほうれん草・いちご	★ココア団子 麦茶	E273 F8.8 P21.6食塩1.8
	23	水	スイミング ウインナーカレー・牛乳 フルーツポンチ	じゃがいも・バター 砂糖	豚もも肉・ウインナー 牛乳	人参・玉ねぎ・いちご・バナナ みかん・白桃・レモン	★マドレーヌ ヨーク	E483 F22.7 P17.2食塩1.9
○	24	木	誕生会 コーンラーメン・プリンアラモード	中華めん・生クリーム	豚もも肉・プリン	ほうれん草・人参・メンマ コーン・ねぎ・いちご・みかん	ケーキ 麦茶	E584 F16.0 P26.1食塩1.5
	25	金	バス代振替日 さばの味噌煮・うるいの胡麻和え すまし汁・バナナ	砂糖・焼き麴・ごま	さば・花なると・味噌 かつお節	うるい・ほうれん草・人参 えのき・生姜・バナナ	お菓子 グレープジュース	E368 F10.3 P18.5食塩2.4
	26	土	すき焼き風煮・牛乳・バナナ	油・砂糖	豚肩ロース・焼き豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・しらたき ねぎ・しいたけ・バナナ		
	28	月	タンドライチキン・コールスロー ほうれん草のミルクスープ・いちご	バター・スパゲティ	鶏もも肉・ヨーグルト ベーコン・牛乳	玉ねぎ・きゅうり・キャベツ ほうれん草・コーン・いちご	お菓子 オレンジジュース	E365 F16.3 P14.0食塩1.0
	30	水	赤魚の甘辛揚げ・大根マヨサラダ みそ汁・ネーブルオレンジ	片栗粉・油・ごま・砂糖 マヨネーズ	赤魚・ハム・豆腐 味噌・にぼし	大根・きゅうり・小松菜 オレンジ	★デザートバナナ	E443 F20.1 P19.6食塩2.5

○お弁当のいない日

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

## ご入園。ご進級おめでとうございます



新しいお友達を迎えて、新年度がスタートしました。

保育園の給食は酒田市より献立作成と指導をいただいております。乳幼児期は人生の中で最も大切な六年間です。子ども達一人ひとりを見守りながら、離乳食・副食・おやつ・行事食・完全給食等を行っています。様々な食材を取り入れ、薄味を基本に子ども達が好き嫌いをしないで何でも食べられる様に、また食中毒や衛生面には十分気をつけて調理に当たっております。子ども達から「おいしかった」「もっと食べたい」と言われる様な給食を作っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

### 保育園給食について

《未満児》

※おやつは、午前と午後の2回です。

※ごはんとおかずの完全給食です。

エプロン・おしぼりを持ってきてください。

《以上児》

※午後の1回です。

※おかずのみの副食給食です。

白いごはん(いつも食べている量)

箸・おしぼりを持ってきてください。



## 朝ごはんを食べましょう

元気に一日を過ごすために、朝ごはんは重要です。朝ごはんを食べる事で脳や体が目覚め、活動状態となります。朝ごはんはしっかり食べましょう。

## ★手作りおやつの日



給食開始について

《新しいお友達》

7日～9日まで給食なしで、11時降園です。

10日から給食が始まります。

《進級したお友達》

7日から給食があります。

