

4がつよていこんだてひょう

2025年04月

千代田せいが保育園

ひ	ちゅうしょく	3じのおやつ	材料名			家庭でのポイント
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 火	15 ごはん カレイのてりやき きりぼしだいこんのうまに こまつなとえのきのみそしる オレンジ	みそおにぎり こざかな	こめ さとう かたくりこ	かれい こざかな みそ	オレンジ、にんじん こまつな かぼちゃ、えのきたけ きりぼしだいこん いんげん	海藻類
02 水	16 30 ごはん とりののりからあげ ブロッコリーのおかかあえ さつまいものみそしる バナナ	せんべい ぎゅうにゅう	こめ さつまいも かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう とりにく みそ かつおぶし	バナナ、ブロッコリー にんじん、だいこん やきのり、しょうが	きのこ類
03 木	17 ごはん さけのみそやき キャベツのごまあえ かぼちゃのすましじる キウイフルーツ	ウインナーむしパン ぎゅうにゅう	こめ さとう ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう さけ ウインナー みそ、ごま	キウイフルーツ、キャベツ たまねぎ、かぼちゃ にんじん グリーンアスパラガス えのきたけ、カットわかめ	肉類
04 金	18 ごはん ぶたにくとキャベツのすきやきふうに きゅうりのしおこんぶあえ じゃがいものみそしる バナナ	げんじパイ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも さとう げんじパイ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ ごま	バナナ、きゅうり たまねぎ、キャベツ にんじん えのきたけ、ねぎ しおこんぶ、カットわかめ	根菜類
05 土	19 カレー やさいのみそしる ヨーグルト	おかし おちゃ	こめ あぶら かたくりこ	ヨーグルト ぶたにく	たまねぎ、じゃがいも にんじん、だいこん	きのこ類
07 月	21 カレーライス にんじんとスナップえんどうのマヨあえ ほうれんそうのスープ いちご	ブルーベリーサンド ぎゅうにゅう	こめ しょくパン じゃがいも マヨネーズ こめこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	いちご、たまねぎ にんじん スナップえんどう ほうれんそう ブルーベリージャム ねぎ、コーン、にんにく しょうが	魚類
08 火	22 ごはん たらのいそべやき ひじきとさつまいもにいりに えのきのみそしる オレンジ	クロワッサン ぎゅうにゅう	こめ クロワッサン さつまいも あぶら	ぎゅうにゅう たら みそ	オレンジ、チンゲンサイ たまねぎ、にんじん えのきたけ、ひじき いんげん、あおのり	肉類
09 水	23 ごはん ハンバーグ こまつなとキャベツのサラダ もやしとわかめのみそしる バナナ	フルーツヨーグルト クラッカー	こめ パンこ さとう かたくりこ ごまあぶら クラッカー	ヨーグルト ぶたひきにく ぎゅうひきにく ぎゅうにゅう みそ ごま	バナナ、たまねぎ もやし、こまつな にんじん、みかん しめじ、キャベツ カットわかめ	魚類
10 木	ミートスパゲティー ブロッコリーのサラダ やさいスープ キウイフルーツ	しらすとわかめのおにぎり ぎゅうにゅう	スパゲティー こめ ごまあぶら さとう あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぎゅうひきにく しらすぼし ごま	たまねぎ、キウイフルーツ にんじん、ブロッコリー キャベツ	淡色野菜類
11 金	25 マーボーどんぶり きゅうりのゆかりあえ わかめスープ バナナ	ココアケーキ ぎゅうにゅう	こめ あぶら ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう もめんどうふ ぶたひきにく みそ バター	バナナ、きゅうり、ねぎ にんじん、もやし たまねぎ コーン、カットわかめ しょうが	魚類
12 土	26 ちゅうかどん やさいスープ ヨーグルト	おかし おちゃ	こめ あぶら ごまあぶら おかし	ヨーグルト ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん だいこん	乳製品類
14 月	28 ビビンバどん さつまいものりんごに はくさいのすましじる いちご	ごまクッキー ぎゅうにゅう	こめ さつまいも こむぎこさとう さとう あぶら ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたひきにく とりひきにく バター すりごま ごま	いちご、りんご、もやし ほうれんそう、にんじん たまねぎ、はくさい、ねぎ レモンじる、にんにく しょうが	きのこ類
24 木	ホットドッグ やさいソテー フライドポテト コンソメスープ ゼリー	フルーツケーキ ぎゅうにゅう	フライドポテト ロールパン さとう あぶら ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう ウインナー クリーム バター	ほうれんそう たまねぎ、キャベツ もやし みかん、バナナ、コーン いんげん	米類

※材料の都合などにより献立を変更する場合があります
 ※24日(木)は誕生会メニューです
 ※乳児は午前おやつに牛乳を提供しています
 ※フードコートは9日(水) 23(水)に開催します
 ※味の探求、野菜販売は9日(水)に行います

入園・進級おめでとうございます🌸

入園・進級おめでとうございます！給食室では子どもたちの健やかな成長を支えることができるように栄養バランスのとれたメニューを提供し、食についても関心が深まるような食育活動を行っていかうと思っていますので、どうぞよろしくお願ひいたします🌟

また、離乳食の進め方や普段の食事について困っていることがありましたらお気軽にお声がけください♪

調理 増田・鈴木

