

# 献立表 4 がつ

新年度が始まります。ご入園 おめでとうございます。新しい環境に期待と不安があると思います。子どもたちが毎日楽しく安心して給食が食べられるように給食室一同、協力して頑張っていきます。これから1年間よろしくお願ひします。

	日 12・26	火 13・27	水 14・28	木 1・15・29	金 2・16・30	土 3・17
<b>献立</b>	鶏肉の味噌焼き スバロティサラダ コンソメスープ	煮魚 春キャベツとしらすの 酢の物 みそ汁	豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ 豆乳コンソメスープ	クリームシチュー 蒸し野菜 くだもの	回鍋肉 いろどりナムル 中華スープ	牛丼風 みそ汁
<b>材料</b>	ごはん 乳幼 鶏肉 50 70 (しょうゆ, 酒, しょうゆ, 味噌, 砂糖) スバロティ 8 12 人参 3 4 シーチキン 5 7 新五ねぎ 7 10 きょうり 6 8 (マヨネーズ, 塩) かぶ 18 25 人参 5 7 春キャベツ 15 20 (コンソメ, 塩)	ごはん 乳幼 カレー 40 60 土生姜 (しょうゆ, 酒, しょうゆ, 砂糖) 春キャベツ 30 40 しらす干し 1 2 わかめ 0.3 0.4 人参 3 4 (酢, 砂糖, 塩) じゃがいも 20 30 人参 6 8 えのき 7 10 五ねぎ 10 15 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 合挽ミンチ 30 40 豆腐 30 40 五ねぎ 7 10 パン粉 4 6 (塩, ケチャップ, 砂糖) 春ごぼう 15 20 鶏ささみ 6 8 ひびき 0.7 1 人参 4 5 ごま (マヨネーズ, 塩) 五ねぎ 15 20 コーンクリーム 20 30 豆乳 30 40 片栗粉 1 2 (コンソメ, 塩, 油)	ごはん 乳幼 シーチキン 20 30 じゃがいも 40 60 五ねぎ 30 40 人参 15 20 バター 3 4.5 小麦粉 5 6.8 牛乳 25 40 スキムミルク 1 2 チーズ (塩) 1 1.5 かぶ 20 30 スナップえんどう 7 10 黄パプリカ (塩) 5 8 いちご など	ごはん 乳幼 豚肉 25 35 春キャベツ 35 50 ヒロマン 7 10 人参 7 10 土生姜 0.2 0.3 にんにく 0.2 0.3 (赤味噌, 三温糖, 鶏がらスープ, コショウ) ほうれん草 15 20 たまやし 18 25 人参 3 5 (しょうゆ, ごま油) ピーマン 6 8 五ねぎ 15 20 ちんげん菜 7 10 (鶏がらスープ, 塩)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 五ねぎ 35 50 人参 10 15 しめじ 4 5 ねぎ 0.7 1 (酒, しょうゆ, しょうゆ, 砂糖) さつまいも 20 30 人参 5 7 小松菜 3 4 (味噌)
<b>おやつ</b>	ちんすこう, 牛乳 (小麦粉, きび砂糖, 黒砂糖, 油)	肉うどん, お茶 (うどん, 牛肉, 五ねぎ, ねぎ, 昆布, 酒, しょうゆ, 砂糖, 塩, 濃口・薄口しょうゆ)	水ようかん, 牛乳 (寒天, あんこ, 塩, きび砂糖)	たけのこごはんの おにぎり, お茶 (米, たけのこ, 人参, ちりめんしほ, 昆布, 塩, 酒, しょうゆ)	ハウンドケーキ, 牛乳 (小麦粉, バター, ハウダ, 三温糖, ココア, レーズン, シロップ)	おせんべい など お茶
	日 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・22	金 9・23	土 10・24
<b>献立</b>	鶏肉のからあげ 春キャベツとアスパラの サラダ コンソメスープ	豚肉と春ごぼうの 味噌煮 小松菜とえのきの 梅和え すまし汁	豆腐の春野菜 あんかけ かぼちゃの煮物 みそ汁	ビーフカレー コールスロー サラダ くだもの	さわらの塩焼き おからの炒り煮 みそ汁	野菜炒め みそ汁
<b>材料</b>	ごはん 乳幼 鶏肉 40 60 片栗粉 3 5 油 7 10 (しょうゆ, 酒) 春キャベツ 24 35 アスパラ 7 10 赤パプリカ 4 5 コーン 4 5 (酢, 砂糖, 塩, 油) じゃがいも 20 30 人参 8 10 五ねぎ 18 25 いもじり 4 5 (コンソメ, 塩)	ごはん 乳幼 豚肉 24 35 春ごぼう 15 20 板こんにゃく 15 20 人参 10 15 絹さや 3 5 (味噌, 酒, しょうゆ, しょうゆ, 砂糖, しょうゆ) 小松菜 28 35 えのき 4 5 人参 4 5 梅干し 2 3 花かつお (しょうゆ) よ、 0.7 1 生わかめ 3 5 (酒, しょうゆ, しょうゆ, 塩)	ごはん 乳幼 鶏ミンチ 15 20 豆腐 45 70 新五ねぎ 7 10 たけのこ 3 5 えんどう豆 5 8 人参 3 5 片栗粉 3 5 (しょうゆ, 酒, しょうゆ, 塩, 砂糖) かぼちゃ 40 60 絹さや 2 3 (しょうゆ, 砂糖, しょうゆ) 油あげ 3 4 五ねぎ 8 10 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 じゃがいも 40 60 五ねぎ 30 40 人参 15 20 バター 3 4.5 小麦粉 6 8 カレー粉 0.2 0.35 ヨーグルト 3 4 スキムミルク 0.7 1 チーズ (塩) 1 2 (ケチャップ, 黒砂糖) 春キャベツ 30 40 きょうり 5 7 人参 3 4 コーン 2 3 (マヨネーズ, 塩) いろどり, オレンジなど	ごはん 乳幼 魚春 40 60 (塩) おから 18 25 人参 5 7 油あげ 3 4 ねぎ 1 2 まいたけ 4 5 (酒, しょうゆ, しょうゆ, 砂糖) しめじ 4 6 えのき 4 6 人参 3 5 ごぼう 4 6 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 シーチキン 17 25 春キャベツ 15 20 五ねぎ 10 15 人参 8 10 もやし 8 10 ヒロマン 4 6 (鶏がらスープ, 塩) ふ、 0.7 1 わかめ 3 5 (味噌)
<b>おやつ</b>	ういろう, お茶 (小麦粉, 片栗粉, 砂糖, あんこ, ココア, 抹茶 など)	じゃがいもの菜揚げ 牛乳 (じゃがいも, 油, 塩)	ポップコーンと果物, 牛乳 (ポップコーン, 油, 塩, 青のり など) (りんご, パササなど)	蒸しパン, お茶 (小麦粉, バター, ハウダ, 砂糖, 黒砂糖, レーズン, シロップ など)	ラスク, 牛乳 (厚パン, バター, グラニュー糖, ココア など)	ビスケット など お茶

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。