

令和3年度



4がつのきゅうしょくこんだてひょう



日	給食	主な食品			345歳栄養量	おやつ
		かや体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	012歳栄養量	午後
1 (木)	カレーライス もやしのスープ フレンチサラダ りんご	米 ジャがいも 小麦粉 オリーブ油 三温糖 ルウ 塩こうじ	かつお節 豚肉 わかめ	玉ねぎ にんじん もやし キャベツ きゅうり りんご	686・13.8	ごまちゃんすこう 昆布 麦茶
					510・10.1	
2 (金)	ごはん 豆腐の味噌汁 鶏肉のオニオン焼き 筑前煮 せとが	米 塩こうじ 三温糖	かつお節 豆腐 みそ 鶏肉	小松菜 玉ねぎ ごぼう にんじん たけのこ せとが	514・20.6	焼きそば 麦茶
					364・13.1	
3 (土)	ナポリタン ほうれん草のスープ 粉ふきいも 清見オレンジ	スパゲティ ジャがいも 三温糖	かつお節 鶏肉	玉ねぎ にんじん ピーマン ほうれん草 パセリ 清見オレンジ	480・13.4	わかめおむすび 麦茶
					371・10.4	
5 (月)	ごはん しめじの味噌汁 鶏の照り焼き 白菜サラダ デコボン	米 塩こうじ 三温糖 オリーブ油	かつお節 みそ 鶏肉 ツナ	しめじ もやし 白菜 きゅうり しょうが デコボン	607・21.1	さくさくクッキー 牛乳
					480・16.7	
6 (火)	マーボー丼 大根のスープ 小松菜のナムル りんご	米 ごま ごま油 三温糖	かつお節 豆腐 豚肉 甜麺醬 みそ ジャコ	たけのこ にんじん 玉ねぎ しいたけ 大根 いんげん 小松菜 切干大根 りんご	609・19.5	大学いも 昆布 麦茶
					463・15.1	
7 (水)	にんじんパン チンゲン菜のスープ 鮭のチーズ焼き コールスローサラダ せとが	パン 塩こうじ 三温糖 オリーブ油	かつお節 鮭 チーズ	チンゲン菜 しいたけ パセリ キャベツ きゅうり にんじん せとが	413・20.4	五平餅 麦茶
					326・16.2	
8 (木)	ごはん えのきすまし汁 鶏のごま味噌焼き ひじきの煮物 清見オレンジ	米 塩こうじ ごま 三温糖 ごま油	かつお節 わかめ みそ ひじき ちくわ	えのき 長ねぎ にんじん いんげん 清見オレンジ	596・25.8	ピザパン 牛乳
					453・18.9	
9 (金)	ごはん 花麩の味噌汁 肉のすき焼き風煮 きゅうりの酢の物 デコボン	豚 米 しらたき 三温糖 麩	かつお節 あおさ みそ 豆腐 しらす わかめ 豚 肉	玉ねぎ にんじん 長ねぎ しいたけ きゅうり にんじん デコボン	499・19.0	鬼まんじゅう 麦茶
					376・14.0	
10 (土)	ごはん 小松菜のスープ ささみのパン粉焼き キャロットサラダ りんご	米 塩こうじ パン粉 三温糖 オリーブ油	かつお節 鶏肉 チーズ	小松菜 コーン パセリ にんじん きゅうり りんご	436・19.1	バタートースト 麦茶
					344・15.0	
12 (月)	ごはん 豆腐の味噌汁 鶏のバーベキュー焼き ツナサラダ せとが	米 塩こうじ 三温糖 オリーブ油	かつお節 鶏肉 わかめ みそ ツナ 豆腐	長ねぎ 玉ねぎ りんご キャベツ にんじん きゅうり せとが トマトピューレ	522・25.9	チーズスティックパン 牛乳
					396・17.3	
13 (火)	ごはん 水菜のすまし汁 さばの塩こうじ焼き 切干大根の煮物 清見オレンジ	米 塩こうじ 三温糖	かつお節 さば さつま揚げ	もやし 水菜 しいたけ 切干大根 にんじん いんげん 清見オレンジ	527・22.1	たぬきうどん 麦茶
					419・17.4	
14 (水)	バリバリはるまき丼 野菜スープ ブロッコリーサラダ デコボン	米 春雨 ごま油 ワンタンの皮 片栗粉 オリーブ油 三温糖	かつお節 豚肉	もやし にんじん ニラ しいたけ 小松菜 しめじ ブロッコリー キャベツ デコボン	512・22.3	キャロットバー 昆布 牛乳
					403・16.8	



にゅうえん・しんきゅう おめでとう

みんなのすきな たべものは なにかな？

きゅうしょくしつでは まいにち

おいしいきゅうしょくを つくっているよ

1かいのはしに きゅうしょくしつが あるんだ

のぞきにきてね♪



※0・1歳児は、個別に必要なに応じて朝おやつを提供しています。

※0・1・2歳児は、給食の一部を（ ）内のものに変更しています。

※食材料調達の都合により、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。

日	給食	主な食品			345歳栄養量	おやつ
		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	012歳栄養量	午後
15 (木)	ごはん 大根の味噌汁 豚肉とナスのみそ炒め じゃがバター りんご	米 塩こうじ じゃがいも バター 三温糖	かつお節 みそ 油揚げ 豚肉	大根 なす にんじん ピーマン パセリ 玉ねぎ りんご	646・20.0	シュガーパン 牛乳
					499・15.2	
16 (金)	ごはん もやしのスープ 鶏のトマトチーズ焼き フレンチサラダ せとが	米 塩こうじ 三温糖 オリーブ油	かつお節 鶏肉 チーズ	もやし しいたけ 玉ねぎ ピーマン トマトピューレ キャベツ きゅうり にんじん せとが	574・20.7	非常食カレーうどん 麦茶
					467・16.8	
17 (土)	中華丼 豆腐スープ 華風きゅうり 清見オレンジ	米 ごま油 ごま 三温糖 片栗粉	かつお節 豚肉 わかめ 豆腐	白菜 にんじん たけのこ 玉ねぎ しいたけ きゅうり もやし 清見オレンジ	390・12.3	みかんヨーグルト ビスケット 麦茶
					378・10.8	
19 (月)	ごはん ほうれん草の味噌汁 鶏の唐揚げ キャベツのゆかり和え デコボン	米 塩こうじ 片栗粉 油	かつお節 みそ 鶏肉	ほうれん草 えのき キャベツ きゅうり しょうが にんにく にんじん ゆかり デコボン	543・22.1	じゃこクッキー 牛乳
					424・16.7	
20 (火)	ごはん 春雨スープ ホイコーロー もやしナムル りんご	米 塩こうじ 春雨 三温糖 ごま油	かつお節 わかめ みそ 豚肉 甜麴醬	コーン 玉ねぎ ピーマン キャベツ にんじん にんにく しょうが もやし 小松菜 りんご	474・14.5	焼きうどん 麦茶
					283・8.2	
21 (水)	カレーライス 牛乳(チンゲン菜のスープ) さっぱりピクルス せとが	米 塩こうじ じゃがいも ルウ オリーブ油 三温糖 小麦粉	豚肉 牛乳	玉ねぎ にんじん (チンゲン菜) (しいたけ) きゅうり 大根 せとが	640・22.1	照焼きチキンパン カルピス
					415・14.0	
22 (木)	玄米(ごはん) えのきのすまし汁 さわらの西京焼き かぼちゃの甘煮 清見オレンジ	米 玄米 塩こうじ 三温糖	かつお節 さわら みそ	もやし 水菜 しいたけ かぼちゃ 清見オレンジ	465・19.3	チヂミ 麦茶
					386・15.3	
23 (金)	肉うどん ちくわの磯辺揚げ 大根の浅漬け デコボン	うどん 三温糖 小麦粉 油	かつお節 豚肉 ちくわ 青のり	玉ねぎ 大根 きゅうり デコボン	523・15.7	チャーハンおむすび 麦茶
					386・11.6	
24 (土)	焼き鳥丼 白菜の味噌汁 春雨サラダ りんご	米 塩こうじ 三温糖 片栗粉 春雨 ごま油	かつお節 みそ 油揚げ 鶏肉	長ねぎ もやし しょうが 白菜 もやし きゅうり にんじん りんご	510・19.2	フルーツサンド 麦茶
					404・15.3	
26 (月)	ごはん 春キャベツと新玉ねぎの旬スープ 鶏のチーズ焼き マカロニサラダ ヨーグルト(みかんヨーグルト)	米 塩こうじ 三温糖 オリーブ油	かつお節 鶏肉 ヨーグルト チーズ マカロニ	玉ねぎ キャベツ にんじん パセリ きゅうり コーン (みかん)	623・25.9	ももケーキ(卵除去) 牛乳
					497・19.1	
27 (火)	ミートソーススパゲティ 牛乳(野菜スープ) ツナキャベツサラダ 清見オレンジ	スパゲティ 小麦粉 三温糖 オリーブ油	豚肉 鶏肉 (かつお節) 牛乳 ツナ	玉ねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム トマト缶 (大根) (いんげん) コーン キャベツ 清見オレンジ	557・19.9	ゆかりおむすび 麦茶
					372・13.0	
28 (水)	花畑ごはん じゃが芋の味噌汁 豆腐ハンバーグ たたききゅうり カルピスゼリー	米 じゃがいも パン粉 塩こうじ 三温糖 ごま油	かつお節 みそ 豆腐 牛乳 ゼラチン カルピス	玉ねぎ コーン きゅうり もやし 青菜ごはんの素 みかん	638・22.8	ツイストドーナツ 牛乳
					500・17.8	
29 (木)	昭和の日					
30 (金)	ごはん とん汁 かじきの照焼き キャベツの昆布和え せとが	米 塩こうじ 三温糖	かつお節 豚肉 油揚げ かじき 昆布 みそ	大根 にんじん 長ねぎ こんにゃく キャベツ 生姜 きゅうり せとが	518・23.1	マカロニきな粉 麦茶
					387・16.6	

お子さまのご入園・ご進級おめでとうございます。

給食室で愛情いっぱいの手作りで作っている「こだわりの給食」。おいしさの秘密をご紹介します♪

下味は
おだ特製の
塩こうじ使用

毎月 旬のメニューが
ラインナップ!

毎日
昆布・しいたけ
かつおぶし

食材は
すべて国産!

この他にも おいしさの秘密は
盛りだくさん!

給食室の
笑顔の愛情も
たっぷり♪

徹底した衛生管理

福祉支援として
「どんぐりばん」から
おやつばんを購入