


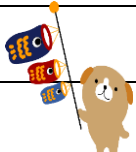
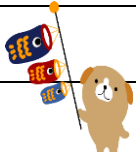


2019年度  4 月 給 食 献 立 表  社会福祉法人えどがわ 中葛西おひさま保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				血や肉をつくる	熱や力となる	体の調子をよくする
1・15	月	ハヤシライス カルシウムサラダ コーンとかぼちスープ りんご	牛乳 麩ラスク	豚肉、チーズ、しらす、ベーコン 牛乳	米、油、じゃがいも、バター、小麦粉 砂糖、麩	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、きゃべつ ブロッコリー、かぶ、コーン、りんご
2・16	火	こぼん 鮭の照り焼き やまぶき和え 人参チャンプルー 大根のみそ汁	牛乳 レーズン蒸しパン	鮭、ツナ、卵、豆腐、油揚げ、みそ かつお節、牛乳	米、砂糖、春雨、ごま油、じゃがいも 蒸しパンミックス、油	きゃべつ、小松菜、人参、コーン、玉ねぎ にら、大根、レーズン
3・17	水	じゃここぼん ミートローフ マカロニサラダ えのきすまし汁	牛乳 いももち	しらす、鶏肉、豚肉、チーズ、卵 牛乳、かつお節	米、ごま、パン粉、砂糖、マカロニ ノンエッグマヨネーズ、じゃがいも、片栗粉 油	玉ねぎ、かぼちゃ、トマト、人参、きゅうり コーン、きゃべつ、ブロッコリー、えのき ねぎ、わかめ
4・18	木	けんちんうどん 白身魚磯辺揚げ さつまいもレモン煮 フルーツヨーグルト	牛乳 おほかおにぎり キャンディチーズ	豚肉、かつお節、たら、卵、ヨーグルト チーズ、牛乳	うどん、片栗粉、小麦粉、油、さつまいも 砂糖、米、ごま	大根、人参、小松菜、しめじ、えのき ねぎ、バナナ、もも缶
5・19	金	豚肉卵とじ丼 春雨サラダ 具たくさん汁 バナナ	牛乳 マカロニきな粉	豚肉、卵、かつお節、豆腐、油揚げ みそ、牛乳、きな粉	米、こんにゃく、砂糖、春雨、ごま油 ごま、マカロニ	人参、玉ねぎ、干しいたけ、枝豆 コーン、ごぼう、大根、きゅうり、バナナ
6・20	土	五日チャーハン 肉だんごスープ ナムル	牛乳 ツナスパゲティ	卵、なると、豚肉、牛乳、ツナ	米、油、ごま油、片栗粉、砂糖、ごま スパゲティ、バター	玉ねぎ、ねぎ、人参、白菜、もやし きゅうり、海苔
22	月	鶏そぼろ丼 切り干し大根の炒め煮 白菜とえのきみそ汁	牛乳 ハムとチーズ蒸しパン	鶏肉、卵、油揚げ、ちくわ、かつお節 みそ、牛乳、チーズ、ハム、豆腐	米、砂糖、油、蒸しパンミックス	切り干し大根、ほうれん草、人参、白菜 えのき、コーン、グリーンピース 干しいたけ
9	火	しっぽくうどん 枝豆コロッケ きゃべつごま和え りんご	牛乳 さつまいもご飯おにぎり 人参スティック	鶏肉、さつまいも、かつお節、ハム 牛乳	うどん、砂糖、じゃがいも、片栗粉、油 小麦粉、パン粉、ごま、米、さつまいも	人参、ごぼう、大根、干しいたけ、ねぎ 小松菜、枝豆、りんご、もやし きゃべつ
10・24	水	こぼん 干草焼き チャブチェ 大根と麩みそ汁	牛乳 マドレーヌ	卵、鶏肉、かつお節、ハム、みそ、牛乳	米、砂糖、春雨、ごま油、ごま、麩 蒸しパンミックス、バター、油	干しいたけ、人参、玉ねぎ、ほうれん草 切り干し大根、きゃべつ、もやし、ピーマン 大根、トマト
11	木	こぼん 白身魚中華野菜あんかけ 小松菜の納豆和え かんぴょうかき玉汁 ハナナ	牛乳 焼きそば	たら、鶏肉、納豆、卵、かつお節 牛乳、豚肉	米、片栗粉、油、砂糖、ごま油、ごま 焼きそば種	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、グリーンピース 小松菜、もやし、きゅうり、海苔、かんぴょう ねぎ、バナナ、きゃべつ
12・26	金	こぼん マーボー豆腐 ツナときゅうりの酢の物 小松菜スープ	牛乳 フレンクッキー	豆腐、豚肉、大豆、みそ、ツナ、鶏肉 かつお節、牛乳、卵	米、油、ごま油、砂糖、片栗粉、バター 小麦粉	ねぎ、にら、玉ねぎ、干しいたけ、きゅうり 人参、大根、わかめ、えのき、小松菜
13・27	土	コーンライス チキンクリームシチュー あげと水菜サラダ	牛乳 かぼちゃ水ようかん	鶏肉、チーズ、牛乳、油揚げ	米、バター、じゃがいも、油、小麦粉 ごま、ごま油、砂糖	コーン、玉ねぎ、人参、しめじ、枝豆 水菜、きゅうり、もやし、かぼちゃ、寒天
お誕生日献立 23	火	ミートソーススパゲティ カリカリベーコンサラダ 大根と卵スープ 	牛乳 プリンアラモード	豚肉、大豆、チーズ、ベーコン、卵 かつお節、牛乳	スパゲティ、油、バター、砂糖、小麦粉 ごま油、片栗粉、プリン素、ホイップクリーム	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、きゃべつ ブロッコリー、大根、ねぎ、ブルーベリー
入園・進級 おめでとう献立 8	月	花畑カレーライス 切り干し大根サラダ チンゲン菜スープ 	牛乳 いちごサンドパン	豚肉、生クリーム、チーズ、ツナ ベーコン、かつお節、牛乳	米、じゃがいも、油、小麦粉、バター ごま油、ごま、食パン、いちごジャム	人参、きぬさや、玉ねぎ、切り干し大根 きゅうり、チンゲン菜
子どもの日献立 25	木	こいのぼりオムライス ポテトサラダ オニオンスープ フルーツカクテル 	牛乳 スイートポテト 兜揚げ	鶏肉、卵、チーズ、ベーコン、牛乳	米、油、バター、じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ 砂糖、さつまいも、春巻き皮	玉ねぎ、マッシュルーム、人参、グリーンピース コーン、きゅうり、ブロッコリー、トマト みかん缶、パイナップル、キウイ
今月の給食栄養給与量 * 3歳未満児			塩 分 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)
* 3歳以上児			1.6	475	20.2	16.2
			2.1	563	23.3	17.3

\* 10時おやつ・・・1・2歳児は牛乳がつきます。