



R4年度

新町かぜいろ
こども園

献立名				未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネ ルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
							上段・・・以上児/下段・・・未満児			
1	日	***休園***								
2	月	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 バナナチップ	ジョア 今川焼き					
3	火	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 クラッカー	牛乳 プリン・ハッピーターン					
4	水	ごはん	メンチカツ ほうれん草と小松菜のお浸し	中華風スープ ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 キャラメルコーン	米/メンチカツ/ほうれん草・小松菜・ 人参/豆腐・わかめ・筍	479 413	15.9 13.2	1.8 1.5
5	木	ごはん	ポークカレー 磯香和え	キウイフルーツ	牛乳 バナナチップ	まめびよ サッポロポテト	米・豚肉・にんにく・じゃが芋・玉葱・人 参・トマト/キャベツ・小松菜・きゅうり・ わかめ	504 489	16.2 17.1	2.5 2.2
6	金	ごはん	ホイコーロー もやしの塩ナムル	バナナ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 ポテトサンド	米・豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人参・ しめじ・キャベツ・ピーマン/竹輪・ほう れん草・もやし・人参・コーン	626 532	24.1 19.8	2.3 1.8
7	土	いなり 寿司	焼売 マカロニサラダ	オニオンスープ みかん	牛乳 クラッカー	牛乳 ぼたぼた焼き・星たべよ	米・油揚げ/焼売/マカロニ・きゅうり・ 人参・コーン/玉葱・えのき・人参	592 582	17 17.8	2.5 2.2
8	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	牛乳 クリームパン					
9	月	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 小魚	りんごジュース えびせん					
10	火	ごはん	サーモンフライ ひじきの五目煮	味噌汁 ゼリー	牛乳 クラッカー	豆乳 カルシウムトースト	米/サーモンフライ/ひじき・油揚げ・ 人参・蓮根・グリーンピース/豆腐・玉 葱・小松菜・椎茸	543 548	26 26.8	1.4 1.8
11	水	うどん	ほうとう風うどん ほうれん草の白和え	グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 ツナマヨおにぎり	うどん・鶏肉・南瓜・人参・白菜・大根・ エリンギ・椎茸・長葱/豆腐・ほうれん 草・人参・しめじ	611 517	25.4 25	2.5 2.6
12	木	ごはん	鶏じゃが じゃこサラダ	キウイフルーツ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 マドレーヌ	米/鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・ グリーンピース/しらす・小松菜・もやし・ きゅうり	525 446	20.8 17.1	0.9 0.7
13	金	ハム ピラフ	エビフライ ツナサラダ	コンソメスープ オレンジ	お茶 チーズ	牛乳 ショコラ	米・ハム・玉葱・人参・ピーマン/エビフ ライ/ツナ・キャベツ・人参・きゅうり・ コーン/レタス・玉葱・人参・大根	534 456	17.8 15.1	2.3 1.9
14	土	ごはん	カジキの照り焼き もやしの和え物	豚汁 チーズ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 源氏/パイ・ばかうけ	米/カジキ/もやし・小松菜・人参・わか め/豚肉・大根・人参・しめじ・蒟蒻・ 長葱	640 515	25.6 21.9	2.4 1.9
15	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 小魚	牛乳 ガトーショコラ					
16	月	ごはん	ホキフライ ジャーマンポテト	味噌汁 バナナ	お茶 チーズ	牛乳 チョコワ・おせんべい	米/ホキフライ/ベーコン・じゃが芋・い んげん・玉葱/キャベツ・しめじ・わか め・人参	587 522	20.1 25.1	2.1 2
17	火	中華麺	あんかけ焼きそば ブロッコリーの中華和え	キウイフルーツ	お茶 小魚	牛乳 枝豆の塩昆布むすび	中華麺・豚肉・なると・玉葱・人参・白 菜・筍・きくらげ・ニラ/ブロッコ リー・カリフラワー・きゅうり・コーン	510 438	21.1 21.6	1.7 1.9
18	水	わかめ ごはん	カレイのねぎ味噌焼き 蓮根サラダ	けんちん汁 ゼリー	牛乳 バナナチップ	豆乳 ピザトースト	米・わかめ/カレイ・生姜・長葱/竹輪・蓮 根・きゅうり・小松菜/豆腐・油揚げ・里 芋・大根・人参・牛蒡・蒟蒻・浅葱	502 470	25.1 23.6	2.5 2.1
19	木	ごはん	きのこカレー 小松菜の味噌和え	みかん	お茶 かみかみ昆布	ココア牛乳 豆乳バナナ蒸しパン	米・鶏肉・にんにく・じゃが芋・玉葱・ほう れん草・しめじ・舞茸・エリンギ・トマ ト/さつま揚げ・小松菜・人参・もやし	626 526	21.4 17.5	2.7 2.2
20	金	ごはん	親子丼 鉄骨サラダ	オレンジ	お茶 クラッカー	牛乳 すいとん	米・鶏卵・高野豆腐・鶏肉・玉葱・人 参・しめじ・三つ葉/チーズ・ひじき・ きゅうり・小松菜	472 422	20.9 17.6	2.1 1.8
21	土	*発表会のため給食はありません*								
22	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	牛乳 りんごタルト					
23	月	ごはん	生姜焼き かぼちゃサラダ	ヨーグルト	牛乳 バナナチップ	バナナ豆乳 ベリーチーズスコーン	米/豚肉・生姜・玉葱・人参・キャベツ・ ニラ/南瓜・きゅうり・コーン・いんげん	569 509	22.8 20.9	1 0.9
24	火	ごはん	鮭の西京焼き 五目きんぴら	白菜のスープ バナナ	お茶 チーズ	牛乳 味噌ポテト	米/鮭/大豆・牛蒡・人参・蓮根・いん げん/鶏肉・白菜・人参	543 491	21.4 21.5	2.6 2.44
25	水	パスタ	和風スパゲティー 白菜のおかか和え	みかん	お茶 小魚	牛乳 クリームサンド	スパゲティー・ベーコン・ほうれん草・ 玉葱・しめじ/油揚げ・白菜・きゅうり・ 人参	657 557	24.1 24	2.1 2.3
26	木	ごはん	つくねバーグ ひじきと小松菜のナムル	★豆乳コーンスープ ゼリー	牛乳 クラッカー	フルーツヨーグルト	米/鶏肉・豆腐・生姜・玉葱・長葱/ひ じき・人参・きゅうり・小松菜/コーン・ 玉葱	486 489	15.7 16.6	2.1 1.8
27	金	ふり かけ	鱈のケチャップあん 切干大根のゴマ酢和え	野菜スープ チーズ	お茶 おせんべい	牛乳 キャラメルポテト	米・ふりかけ/鱈・人参・玉葱・ピーマ ン/切干大根・人参・きゅうり・コーン/ 玉葱・大根・ほうれん草・椎茸	540 468	18.7 16.9	2.5 2.1
28	土	ごはん	肉団子の野菜あんかけ ほうれん草のおかか和え	中華風スープ キウイフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 メロンパン	米/肉団子・玉葱・人参・ピーマン・椎 茸/ほうれん草・きゅうり・もやし・鶏 卵・大根・玉葱・ニラ	540 473	19.6 18	2.5 2.2
29	日	*お弁当対応になります(園で用意します)*		お茶 クラッカー	まめびよ ロールケーキ					
30	月	ごはん	ポークビーンズ マカロニサラダ	グレープフルーツ	牛乳 バナナチップ	豆乳 フレンチトースト	米/豚肉・大豆・玉葱・人参・トマト/マ カロニ・キャベツ・きゅうり・人参	599 548	21.2 20.5	1.8 1.6
31	火	ごはん	鯖の味噌煮 ほうれん草のお浸し	かき玉汁 チーズ	お茶 おせんべい	牛乳 たこ焼き	米/鯖・生姜/キャベツ・ほうれん草・ 人参/鶏卵・大根・玉葱・ニラ	507 445	24.6 21.4	2.4 2.1
★は新メニューです。							平均	552	21	2.1
※献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。								491	19.6	1.9

★は新メニューです。

*** 献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください ***