



令和5年度 4月の献立表

岡垣ほしのほいくえん

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		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	調味料	3時おやつ
1 (土)	ちゃんぽん 茹で卵 牛乳	オレンジ 中華めん 油 菓子	牛乳、卵、豚肉 さつま揚げ かまぼこ	たまねぎ、キャベツ、もやし にんじん、干しいたけ オレンジ	しょうゆ、塩 がらスープ素 麦茶	アップル果汁 ビスコ お茶
3 (月)	白飯 サバの味噌煮 キャベツとわかめの酢の物 野菜のすまし汁	バナナ 米、砂糖	牛乳、さば、豆腐 いわし、みそ 煮干し、ごま	キャベツ、たまねぎ にんじん、わかめ こんぶ、バナナ	しょうゆ、酢 酒、塩 麦茶	お茶 ハイハイ かむかむ小魚 牛乳
4 (火)	白飯 豚肉の柳川風煮物 豆腐のみそ汁	オレンジ 米、小麦粉 砂糖 マーガリン 油	卵、豆腐、脱脂粉乳 豚肉、おから みそ、煮干し	にんじん、ほうれんそう もやし、ごぼう わかめ、こんぶ たまねぎ、オレンジ	しょうゆ みりん ベーキングパウダー 麦茶	アップル果汁 おからスコーン ミルク
5 (水)	白飯 炊き合わせ たまねぎのみそ汁	バナナ 米、砂糖 菓子	牛乳、豆腐、生揚げ さつま揚げ 鶏肉、みそ 煮干し	かぼちゃ、たまねぎ だいこん、えのきたけ にんじん、グリーンピース こんぶ、バナナ	しょうゆ、酒 麦茶	お茶 がんばれ野菜家族 まがりせんべい 牛乳
6 (木)	白飯 五目豆腐 春雨汁	オレンジ 米、食パン はるさめ 片栗粉 砂糖、ごま油	豆腐、脱脂粉乳 鶏肉 かまぼこ、煮干し	たまねぎ、にんじん グリーンピース、わかめ 干しいたけ、こんぶ オレンジ、イチゴジャム	しょうゆ、酒 塩 麦茶	アップル果汁 ジャムパン ミルク
7 (金)	白飯 切り干し大根と豚肉の中華炒め 中華コーンスープ	バナナ 米、砂糖 油、ごま油	豚肉、さつま揚げ さつま揚げ 鶏肉、みそ 煮干し	たまねぎ、コーン缶 にんじん、コーン にら、切り干しだいこん ピーマン、塩こんぶ、バナナ	しょうゆ、酒、塩 がらスープ素 パセリ粉 麦茶	お茶 マンナ おにぎり(塩こんぶ) お茶
8 (土)	焼きそば 茹で卵 牛乳	オレンジ 中華めん 油 菓子	牛乳、卵、豚肉 かつお節	たまねぎ、キャベツ、もやし にんじん、ねぎ、あおのり オレンジ	焼きそばソース お好みソース 麦茶	アップル果汁 マリー お茶
10 (月)	白飯 おさかなバーグ 茹でキャベツ すまし汁	オレンジ 米、片栗粉 油 ホットケーキ粉	豆腐、鶏肉 いわしすり身 牛乳、卵、煮干し	たまねぎ、キャベツ こまつな、にんじん こんぶ、にんにく しょうが、オレンジ	しょうゆ 酢、塩 ケチャップ 麦茶	お茶 ハイハイ ホットケーキ 牛乳
11 (火)	白飯 ひき肉のハヤシ風 キャベツのサラダ	バナナ 米、小麦粉 もち米 油、砂糖 マーガリン	鶏肉、脱脂粉乳 あずき	たまねぎ、キャベツ トマト缶、トマトジュース にんじん、コーン、バナナ トマトピューレ、グリーンピース	酢、しょうゆ、塩 ウスターソース デミグラスソース がらスープ素、麦茶、食紅	アップル果汁 さくら餅風 ミルク
12 (水)	白飯 イタリアンオムレツ こまつなのクリームスープ	オレンジ 米、油 菓子	牛乳、卵、脱脂粉乳 チーズ、豚肉	たまねぎ、トマト缶 にんじん、グリーンピース こまつな、オレンジ	ケチャップ 塩 がらスープ素 麦茶	お茶 がんばれ野菜家族 きな粉餅せんべい 牛乳
13 (木)	白飯 肉じゃが風 野菜のみそ汁	バナナ 米、食パン じゃがいも、砂糖 糸こんにゃく マーガリン、油	豆腐、豚肉 脱脂粉乳、きな粉 みそ、煮干し	たまねぎ、にんじん、しめじ グリーンピース、ねぎ、こんぶ バナナ	しょうゆ、酒 麦茶	アップル果汁 きな粉トースト ミルク
14 (金)	白飯 照り焼きハンバーグ かぼちゃサラダ キャベツのみそ汁	オレンジ 米、小麦粉 さつまいも、油 砂糖、マヨネーズ 片栗粉、パン粉	牛乳、鶏肉、豆腐 みそ、卵 脱脂粉乳 煮干し	かぼちゃ、たまねぎ キャベツ、にんじん グリーンピース、わかめ こんぶ、オレンジ	しょうゆ 酒、塩 みりん 麦茶	お茶 マンナ もちもち芋まんじゅう 牛乳



ご入園・ご進級おめでとうございます。新入園のお友だちはドキドキの毎日ですね。はじめは子どもたちも新しい環境で過ごすことに不安や緊張をおぼえることと思います。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味が持てるような環境作りに努めてまいります。また、今年度より以上児さんも完全給食となります。温かいご飯を提供できるので、より一層給食が楽しみに、ご飯が進むと嬉しいです。また、誕生日会の給食には、無農薬米を全員に提供します。園全体で連携して、子どもたちの「食を営む力」を育む場として頑張りたいと思います。 給食室一同

※10時のおやつは未満児さんのみの提供です



令和5年度4月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	
		熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
15 (土)	天ぷらうどん 茹で卵 牛乳	バナナ	うどん 菓子	牛乳、卵 さつま揚げ、鶏肉 油揚げ、煮干し	たまねぎ、にんじん、ねぎ こんぶ、バナナ	しょうゆ、塩 麦茶	アップル果汁 ミニサラダ お茶
17 (月)	白飯 ポークシチュー キャベツサラダ	オレンジ	米、小麦粉 じゃがいも 砂糖 マーガリン、油	牛乳、豚肉 脱脂粉乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん きゅうり、コーン、グリーンピース トマトピューレ、レモン オレンジ、りんご果汁	酢、ゼラチン、塩 デミグラスソース ケチャップ、麦茶 ウスターソース	お茶 ハイハイ アップルゼリー 牛乳
18 (火)	白飯 ポークカレー 三色ナムル	バナナ	米、食パン、ごま油 じゃがいも、砂糖 グラニュー糖 マーガリン	脱脂粉乳、豚肉 ちくわ、ごま	たまねぎ、にんじん ほうれんそう、もやし きゅうり、グリーンピース バナナ	酢、しょうゆ カレールー (乳、卵、小麦なし) 麦茶	アップル果汁 ラスク ミルク
19 (水)	麦飯 親子煮 若竹汁	オレンジ	米、押麦 じゃがいも 油、砂糖 菓子	牛乳、卵、豆腐 鶏肉、さつま揚げ 煮干し	たまねぎ、ゆでたけのこ にんじん、グリーンピース、 わかめ、こんぶ、オレンジ	しょうゆ、塩 麦茶	お茶 がんばれ野菜家族 ぼたぼた焼き 牛乳
20 (木)	ゆかりご飯 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ コーンスープ	ゼリー	米、マカロニ 片栗粉、砂糖 油、マヨネーズ 小麦粉、ごま油	鶏肉、脱脂粉乳 牛乳、きな粉	たまねぎ、にんじん、コーン グリーンピース、しょうが にんにく、コーン缶	しょうゆ、酒 がらスープ素 ゆかり、塩 麦茶	アップル果汁 マカロニあべかわ ミルク
21 (金)	白飯 豆腐のよせ焼き じゃがいもスープ	オレンジ	米、パン粉 じゃがいも 砂糖、油 水あめ	牛乳、豆腐、鶏肉 卵、みそ 脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、ねぎ オレンジ	しょうゆ、酒、塩 がらスープ素 パセリ粉 麦茶	お茶 マンナ 米ボン 牛乳
22 (土)	卵とじうどん 牛乳	バナナ	うどん 菓子	牛乳、卵 さつま揚げ 鶏肉、煮干し	たまねぎ、にんじん、わかめ こんぶ、バナナ	しょうゆ、塩 麦茶	アップル果汁 こつぶっこ お茶
24 (月)	白飯 煮魚 竹の子の煮付 じゃが芋のみそ汁	バナナ	米、白玉粉 じゃがいも 砂糖	ホキ、豆腐 さつま揚げ、きな粉 みそ、煮干し	ゆでたけのこ、たまねぎ にんじん、わかめ、よもぎ こんぶ、バナナ	しょうゆ、酒 みりん 麦茶	お茶 ハイハイ よもぎ団子 お茶
25 (火)	麦飯 ふんわりつくねのあんかけ 茹でキャベツ 豆腐のすまし汁	オレンジ	米、食パン マヨネーズ 片栗粉 押麦	鶏肉、豆腐 脱脂粉乳、煮干し	たまねぎ、にんじん、ひじき キャベツ、こまつな、こんぶ コーン、オレンジ	しょうゆ、塩 酢 みりん 麦茶	アップル果汁 コーンマヨトースト ミルク
26 (水)	白飯 鶏レバーの甘辛煮 キャベツのみそ汁	バナナ	米、砂糖 じゃがいも 菓子	鶏レバー、豆腐 みそ、牛乳、煮干し 飲むヨーグルト(鉄強化)	たまねぎ、キャベツ にんじん、ねぎ こんぶ、バナナ	しょうゆ、酒 みりん、塩 麦茶	お茶 がんばれ野菜家族 おにぎりせんべい 飲むヨーグルト
27 (木)	白飯 じゃが芋の洋風煮 鶏つみれスープ	オレンジ	米、じゃがいも はるさめ 片栗粉	鶏肉、ごま	たまねぎ、にんじん、わかめ ねぎ、しょうが、オレンジ	しょうゆ、塩 がらスープ素 パセリ粉 麦茶	アップル果汁 わかめおにぎり お茶
28 (金)	白飯 ひき肉と野菜の味噌炒め 玉ねぎのスープ	バナナ	米、砂糖 片栗粉、油 ごま油	牛乳、豆乳、豆腐 豚肉、きな粉、みそ	たまねぎ、キャベツ、もやし にんじん、ピーマン、ねぎ バナナ	しょうゆ、塩 がらスープ素 麦茶	お茶 マンナ 豆乳もち 牛乳

朝ごはんを食べましょう!



朝食は、体にプラスになることばかりです。

- 体温を上げることで、体が活動的に。
- 血糖値を上げて、脳にエネルギーを。
- 噛むことで、脳が目覚める。
- 1日の食品数が増える。
- 胃腸が活発になり、便秘解消に。

4月分の主食・副食費の引き落としは
5月22日(月)です



※10時のおやつは未満児さんのみの提供です