

献立表



ご入園・ご進級おめでとうございます。新しい環境の中で、園生活がスタートしました。
子どもたちが給食の時間を楽しみに過ごしていくように、献立や食材を工夫して作っていきたいと思います。



2024年4月

※献立はいつでも差し上げられますのでお声掛けください。

太子保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質 ()は未満児	材 料 名				10時おやつ	3時おやつ	行事
			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			
01 月	御飯 エビカツ ひじき煮 味噌汁(玉葱・人参)	489.5(417.8) 13.9(11.7) 15.9(14.5)	じゃがいも、米、片栗粉 油、三温糖、マヨネーズ パン粉、小麦粉	はんぺん、油揚げ 牛乳、かつお節 えび	にんじん、キャベツ、たまねぎ しらたき、しいたけ、ひじき だいこん	中濃ソース、しょうゆ みりん 食塩	茹大根	じゃが芋もち 麦茶	希望保育
02 火	御飯 ポークピカタ キャベツの千草漬け 味噌汁(油揚げ・葱)	508.4(440.7) 19.6(18.7) 17.5(15.6)	米 ホットケーキ粉、小麦粉 豚肉	牛乳、卵、米みそ、油揚げ 粉チーズ、バター、豆乳	キャベツ、レタス、きゅうり にんじん、ねぎ、しそ、パセリ	ケチャップ、食塩 白こしょう	豆乳	ホットケーキ 麦茶	希望保育
03 水	焼きそば 中華スープ 麦茶	456.7(388.6) 15.0(11.9) 8.2(6.5)	米、じゃがいも、油 中華麺	豚肉	キャベツ、えのきたけ 大豆もやし、にんじん 黒さくらげ、焼きのり あおのり、ブルーン	中華スープ、食塩	ブルーン	おにぎり 麦茶	始業式 入園式 花まつり 保護者総会
04 木	御飯 豆腐のうま煮 たまご焼き 味噌汁(もやし・わかめ)	531.1(435.1) 21.0(17.4) 20.9(16.2)	米、グラニュー糖、三温糖 片栗粉、油、じゃがいも 上白糖 強力粉、小麦粉	木綿豆腐、卵 米みそ、牛乳、バター きな粉 豚肉	緑豆もやし、にんじん しめじ、わかめ	しょうゆ、和風だしの素 みりん、食塩 ドライエースト	蒸じやがいも	揚げパン 麦茶	
05 金	御飯 鶏肉のマーマレード焼き フレンチサラダ かぶのスープ	424.5(347.9) 25.0(20.7) 14.0(11.4)	米、マヨネーズ 餃子の皮	鶏肉 しらす干し	キャベツ、レタス、きゅうり かぶ、あさつき、にんじん しめじ、かぶ、マーマレード コーン	しょうゆ、食塩	茹人参	カルシウムせんべい 麦茶	
06 土	スパゲティー・ミートソース オレンジ 麦茶	338.1(267.5) 14.8(11.8) 10.2(7.8)	マカロニ・スパゲティー バター	牛ひき肉、粉チーズ 豚ひき肉	オレンジ、たまねぎ、にんじん パセリ	ケチャップ、塩、白こしょう			
08 月	五目うどん 天ぷら(ちくわ・アスパラ) バナナ	589.7(509.1) 14.8(12.7) 13.7(11.0)	米、油、三温糖 じゃがいも 小麦粉、うどん	ちくわ、かつお節 豚肉	バナナ、はくさい グリーンアスパラガス にんじん、しいたけ、ねぎ	めんつゆ、しょうゆ みりん、食塩	蒸じやがいも	わかめおにぎり 麦茶	
09 火	麦御飯 キーマカレー ブロッコリーとコーン和え ポテトスープ	577.6(462.4) 15.1(12.2) 24.2(19.7)	米、じゃがいも、マヨネーズ 押麦、油 ホットケーキ粉	牛乳、卵 ベーコン、ワインナー 豚ひき肉	たまねぎ、ブロッコリー にんじん、コーン、にんにく だいこん	食塩、白こしょう	茹大根	ウインナーホットケーキ 麦茶	
10 水	御飯 ブルコギ きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(あさつき・大根)	481.1(459.6) 18.6(20.2) 19.2(21.3)	米、黒砂糖、三温糖 入りごま、油、ごま油 焼き麩	牛乳、チーズ、米みそ バター 豚肉	たまねぎ、きゅうり、にんじん だいこん、にら、あさつき わかめ、にんにく	酢、みりん、食塩、しょうゆ	ベビーチーズ	黒糖麩ラスク 牛乳	
11 木	御飯 春野菜炒め 五目納豆 味噌汁(えのき・卵)	383.2(342.3) 16.0(13.5) 12.8(10.4)	米、油	ヨーグルト、納豆、米みそ 卵、かつお節 しらす干し 豚肉	キャベツ、にんじん、しいたけ たまねぎ、もも缶、みかん缶 バナナ、えのきだけ こまつな にら、だいこん、ブルーン	しょうゆ、めんつゆ、食塩	ブルーン	フルーツヨーグルト 麦茶	
12 金	麦御飯 ハヤシ じゃが芋の甘辛 ベビーチーズ	641.6(544.8) 22.0(19.6) 22.5(19.8)	米、じゃがいも、押麦 片栗粉、砂糖、油 小麦粉、強力粉	チーズ、油揚げ、かつお節 豚肉	たまねぎ、だいこん マッシュルーム缶、ねぎ トマトピューレ、にんじん	ハヤシルウ、めんつゆ しょうゆ、酢、みりん ケチャップ、中濃ソース	茹人参	すいとん 麦茶	
13 土	焼きそば 野菜スープ 麦茶	275.4(212.0) 10.1(7.8) 7.7(6.1)	じゃがいも、油 中華麺	豚肉	キャベツ、大豆もやし にんじん、たまねぎ コーン缶、あおのり	食塩			
15 月	御飯 さわらの竜田揚げ キャベツと油揚げのごま酢和え 味噌汁(大根・人参)	581.2(500.4) 19.4(18.4) 17.8(15.8)	米、油、片栗粉、三温糖 庄内鶏	さわら、米みそ、油揚げ 豆乳	キャベツ、だいこん、にんじん 塩こんぶ、焼きのり、にんにく しょうが、レタス、ごま	しょうゆ、酢、みりん、食塩	豆乳	昆布おにぎり 麦茶	
16 火	御飯 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁(ほうれん草・えのき)	551.2(465.4) 21.5(18.2) 22.3(18.0)	米、マヨネーズ、三温糖 ごま油、砂糖、油 パン粉、マカロニ、チヂミ粉	米みそ、卵 豚ひき肉、ハム	たまねぎ、きゅうり、にら ほうれんそう、にんじん、ねぎ えのきだけ、レタス、しょうが にんにく、りんごジュース	しょうゆ、みりん、食塩 白こしょう、	蒸じやがいも	チヂミ風 麦茶	
17 水	御飯 マーボー豆腐 かにかまぼこサラダ 中華スープ	615.3(502.9) 25.5(20.9) 21.2(17.7)	米、油、片栗粉 三温糖、ごま油 小麦粉	牛乳、木綿豆腐 卵、米みそ かにかまぼこ(アラスカ) 豚ひき肉	レタス、ねぎ、きゅうり にんじん、にら、黒さくらげ にんにく、しょうが、だいこん チンゲン菜、玉ねぎ	中華スープ、しょうゆ 酢、食塩	茹大根	卵蒸しパン 牛乳	
18 木	麦御飯 アスパラの肉巻き 青菜の味噌マヨ和え 卵とコーンのスープ	520.6(500.3) 9.6(12.8) 26.8(27.8)	米、押麦、片栗粉 マヨネーズ、ごま	チーズ、卵、バター 米みそ、かつお節 豚肉	こまつな、コーン、にんじん キャベツ、レタス、えのきだけ グリーンアスパラガス、ねぎ あおのり	しょうゆ、みりん、食塩	ベビーチーズ	手作りおこし 麦茶	避難訓練
19 金	ビビンバ丼 粉ふき芋 味噌汁(あさつき・わかめ)	583.3(493.8) 20.8(17.6) 15.2(12.8)	米、じゃがいも、砂糖 三温糖、ごま、ごま油 強力粉	牛乳、米みそ、バター 豚ひき肉	ほうれんそう、にんじん、もやし ねぎ、あさつき、にんにく バセリ、わかめ	しょうゆ、ドライエースト 食塩、こしょう	茹人参	手作りパン 牛乳	聖徳太子まつり
20 土	鶏南蛮うどん オレンジ 麦茶	254.5(208.4) 11.2(9.1) 4.9(3.9)	ゆでうどん、片栗粉 三温糖	鶏肉	オレンジ、たまねぎ ねぎ、にんじん、しいたけ	めんつゆ、しょうゆ、みりん			
22 月	御飯 鮭のゆうあん焼き ツナともやしのサラダ 味噌汁(キャベツ、ねぎ、さつま揚げ)	448.7(394.2) 23.5(21.8) 7.8(7.9)	米、三温糖、ごま油 ホットケーキ粉	べにさけ、ヨーグルト、卵 ツナ水煮缶、米みそ さつま揚げ、豆乳	大豆もやし、キャベツ レタス、ねぎ	しょうゆ、本みりん、酢	豆乳	ヨーグルトケーキ 麦茶	
23 火	麦御飯 鶏じやが 春雨サラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	556.3(461.4) 21.5(18.4) 13.4(11.7)	じゃがいも、米、砂糖 三温糖、はるさめ、押麦 ごま油、油 小麦粉	牛乳、鶏肉、木綿豆腐 卵、米みそ、バター かつお節、コンデンスマルク ハム	たまねぎ、きゅうり、しらたき わかめ、にんじん	しょうゆ、酢、みりん	茹人参	甘食 牛乳	
24 水	御飯 肉豆腐 ナムル風サラダ 洋風スープ	396.0(347.8) 14.1(11.6) 15.6(12.5)	じゃがいも、米、三温糖 油、ごま、ごま油	木綿豆腐 豚肉 かにかまぼこ(アラスカ)	もやし、ねぎ、しめじ にんじん、きゅうり、キャベツ しょうが、にんにく、ブルーン	しょうゆ、みりん、酢 食塩、白こしょう	ブルーン	フライドポテト 麦茶	
25 木	御飯(雑穀入り) メンチカツ スペグティーサラダ 味噌汁(菜の花・玉ねぎ) オレンジ	743.2(573.4) 22.4(17.4) 27.1(21.4)	米、油、三温糖 ロールパン、パン粉 小麦粉、マカロニ	生クリーム、米みそ 豚ひき肉、ハム	オレンジ、たまねぎ、なばな キャベツ、もも缶、みかん缶 きゅうり、にんじん、バナナ りしりこんぶ、だいこん	中濃ソース、食塩 白こしょう	茹大根	フルーツサンド 麦茶	誕生会
26 金	コーン御飯 ミートグラタン ミモザサラダ ソーセージスープ	535.9(500.1) 13.7(15.8) 10.8(14.0)	米、油、片栗粉 小麦粉、パン粉、マカロニ	牛乳、チーズ、卵 魚肉ソーセージ、バター 豚ひき肉、ハム	たまねぎ、レタス、コーン缶 きゅうり、キャベツ、にんじん マッシュルーム	白こしょう、ケチャップ しょうゆ、食塩	ベビーチーズ	焼きおにぎり 麦茶	交通安全教室
27 土	味噌ラーメン バナナ 麦茶	280.1(272.9) 9.9(9.3) 6.2(5.7)	油、ごま油 生中華麺	豚ひき肉	バナナ、大豆もやし キャベツ、にんじん たまねぎ、にら、コーン缶	しょうゆ、食塩、白こしょう			
30 火	御飯 豚肉の生姜焼き ボテトサラダ 味噌汁(ニラ・卵)	531.1(459.7) 20.0(19.0) 20.6(18.1)	米、じゃがいも、マヨネーズ 三温糖、油、砂糖 スペグッティ	米みそ、卵、かつお節 豆乳 豚肉、ハム	たまねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、ビーマン、にら コーン缶、しょうが、あおのり	中濃ソース、しょうゆ みりん、コンソメ、食塩 白こしょう	豆乳	焼きスペグッティー 麦茶	

※献立は都合により変更する場合があります。