令和2年4月　よていこんだてひょう　日野市立保育園

日（曜日）	1･2歳児おやつ	昼食	おやつ	主な食品 赤色の食品（血や肉になる）	黄色の食品（熱や力になる）	緑色の食品（からだの調子を整える）
1（水）	麦茶 菓子	ツナピラフ フルーツミックス わかめスープ	フルーツゼリー 菓子	ノンオイルツナ、牛乳、わかめ	米、油	玉ねぎ、人参、コーン、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、えのき茸、フルーツゼリー
2（木）	菓子	ごはん　おかかふりかけ 肉じゃが なめこのみそ汁	にんじんパンの ジャムサンド	かつお節、豚肉、豆腐、みそ、牛乳	米、じゃが芋、こんにゃく、油、砂糖、パン、いちごジャム	人参、玉ねぎ、ねぎ、なめこ
3（金）	菓子	カレーライス 野菜炒め クリームコーンスープ	りんごの米粉蒸しパン	豚肉、豆腐、牛乳	米、じゃが芋、油、バター、小麦粉、かたくり粉、米粉	玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、いんげん、クリームコーン、りんご缶
4（土）	菓子	肉うどん かぼちゃの甘煮 牛乳	菓子	豚肉、牛乳	うどん、砂糖	人参、玉ねぎ、しいたけ、青菜、かぼちゃ
6（月）	ヨーグルト	チキンライス パインサラダ 豆腐のスープ	オレンジゼリー 菓子	鶏肉、豆腐、牛乳、寒天	米、油、砂糖	玉ねぎ、人参、コーン、トマト、キャベツ、きゅうり、パイン缶、小松菜、ねぎ、みかんジュース
7（火）	菓子	ゆかりごはん 鮭の蒸し焼き　おかか和え 白菜のみそ汁	ふかし芋 菓子	鮭、かつお節、わかめ、みそ、牛乳	米、油、さつま芋	ゆかり粉、しょうが、もやし、青菜、人参、白菜
8（水）	菓子	麻婆豆腐丼 ナムル コーンと春雨のスープ	りんごのコンポート 菓子	豆腐、豚肉、みそ、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、かたくり粉、春雨	人参、ねぎ、しいたけ、たけのこ、しょうが、もやし、きゅうり、コーン、キャベツ、りんご缶
9（木）	ぶどうジュース	パンプキンツイストパン 春野菜の豆乳クリームシチュー ピーチサラダ	和風そうすい	鶏肉、牛乳、豆乳、しらす干し、みそ	パン、じゃが芋、油、米粉、米	人参、玉ねぎ、キャベツ、大根、きゅうり、黄桃缶、えのき茸、いんげん
10（金）	菓子	コーンごはん かじきとじゃが芋の煮物 えのきのみそ汁	揚げせんべい	めかじき、みそ、牛乳	米、じゃが芋、油、砂糖、米粉ラザニア	コーン、しょうが、いんげん、人参、大根、えのき茸、青菜
11（土）	菓子	スパゲッティナポリタン 野菜スープ フルーツ缶	米粉ケーキ 菓子	豚肉、牛乳	スパゲッティ、油、じゃが芋、米粉ケーキ	人参、玉ねぎ、ピーマン、チンゲン菜、りんご缶、黄桃缶
13（月）	ヨーグルト	ごはん　おかかふりかけ 豆腐のカレー煮 ふのみそ汁	パンプキンパンの いちごジャムサンド	かつお節、豆腐、豚肉、みそ、牛乳	米、油、砂糖、かたくり粉、ふ、パン、いちごジャム	玉ねぎ、人参、しいたけ、いんげん、青菜
14（火）		ハッシュドポークライス フルーツミックス もやしのスープ	二色クッキー	豚肉、豆腐、牛乳	米、じゃが芋、油、バター、小麦粉、砂糖、ココア	玉ねぎ、人参、トマト、マッシュルーム、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、もやし、キャベツ
15（水）		チャーハン 中華和え 春雨スープ	フルーツゼリー 菓子	豚肉、しらす干し、牛乳	米、油、ごま油、春雨	人参、ねぎ、いんげん、しいたけ、青菜、もやし、玉ねぎ、キャベツ、コーン、フルーツゼリー

のマークは牛乳です。　行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

１日の平均栄養摂取量　エネルギー　569kcal　たんぱく質　20.7g　脂肪　13.4g　塩分　2.6g

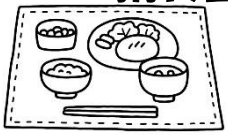
令和2年4月　よていこんだてひょう　日野市立保育園

日（曜日）	1･2歳児おやつ	昼食	おやつ	主な食品 赤色の食品（血や肉になる）	黄色の食品（熱や力になる）	緑色の食品（からだの調子を整える）
16（木）	ぶどうジュース	ごはん　人参そぼろ かじきと大根の煮物 玉ねぎのみそ汁	フライドポテト	鶏肉、めかじき、みそ、牛乳	米、油、砂糖、かたくり粉、じゃが芋	人参、大根、いんげん、玉ねぎ、えのき茸、白菜
17（金）		《食育の日献立》 たけのこごはん　わかめのみそ汁 魚のみそマヨネーズ焼き 春キャベツの煮びたし	桜かまぼこ入り米めん	油揚げ、めかじき、みそ、豆腐、わかめ、牛乳、かまぼこ	米、砂糖、米めん、ノンエッグマヨネーズ	たけのこ、人参、キャベツ、青菜、ねぎ、万能ねぎ
18（土）		ソース焼きそば 中華コーンスープ フルーツ缶	菓子	豚肉、牛乳	中華めん、油、ごま油、かたくり粉	玉ねぎ、もやし、黄桃缶、ピーマン、キャベツ、人参、しいたけ、クリームコーン、チンゲン菜、りんご缶
20（月）	ヨーグルト	ごはん　昆布の佃煮 西湖豆腐 大根のみそ汁	ミックスフルーツゼリー 菓子	昆布、豆腐、豚肉、みそ、牛乳、寒天	米、砂糖、ごま油、かたくり粉	しょうが、たけのこ、人参、しいたけ、ねぎ、パイン缶、トマト、ピーマン、大根、青菜、りんご缶、黄桃缶
21（火）	ぶどうジュース	人参ロールパン 豆腐入りハンバーグ 二色マッシュ　キャベツスープ	おかかごはん	豚肉、豆腐、牛乳、かつお節、青のり	パン、油、かたくり粉、じゃが芋、米	玉ねぎ、人参、キャベツ
22（水）		ゆかりごはん　鮭の黄金焼き ほうれん草のさっぱり和え なめこ汁	果物 菓子	鮭、チーズ、豆腐、みそ、牛乳	米、砂糖、ノンエッグマヨネーズ	ゆかり粉、人参、ほうれん草、もやし、ねぎ、なめこ、黄桃缶
23（木）		カレーピラフ 大根としらすのサラダ 豆腐とベーコンのスープ	わかめうどん	豚肉、しらす干し、ベーコン、豆腐、牛乳、わかめ	胚芽米、油、砂糖、かたくり粉、うどん	人参、玉ねぎ、ピーマン、大根、きゅうり、コーン、クリームコーン、ねぎ
24（金）	いちご豆乳	ごはん　しらすの佃煮 金平煮　青菜のみそ汁	ソフトビスケット	しらす干し、豚肉、豆腐、みそ、牛乳、スキムミルク、ヨーグルト	米、砂糖、こんにゃく、じゃが芋、ごま油、小麦粉、バター	しょうが、人参、ごぼう、しいたけ、いんげん、ほうれん草、玉ねぎ
25（土）		ひじきごはん　じゃが芋のみそ汁 フルーツゼリー	菓子	ツナ、ひじき、みそ、牛乳	米、砂糖、じゃが芋	人参、しいたけ、玉ねぎ、いんげん、フルーツゼリー
27（月）	ヨーグルト	そぼろまぜごはん　煮びたし キャベツのみそ汁	やみつきトースト	鶏肉、凍り豆腐、豆腐、みそ、牛乳、チーズ	米、こんにゃく、砂糖、油、パン	人参、いんげん、白菜、もやし、キャベツ、玉ねぎ
28（火）		ごはん　おかかふりかけ 白身魚の変わり焼き 小魚和え　板ふのみそ汁	パイン米粉蒸しパン	かつお節、メルルーサ、みそ、ヨーグルト、ちりめんじゃこ、牛乳	米、ごま、砂糖、ふ、米粉、ノンエッグマヨネーズ	ほうれん草、もやし、いんげん、玉ねぎ、パイン缶
30（木）		人参ごはん　和風ハンバーグ 二色マッシュ　もずくスープ	ソース焼きそば	鶏肉、豆腐、もずく、牛乳、豚肉	米、油、かたくり粉、砂糖、じゃが芋、中華めん	人参、玉ねぎ、コーン、ねぎ、もやし、ピーマン、キャベツ

ご入園･ご進級おめでとうございます！

日野市立保育園では、成長期のお子さんにとって最も適切な給食を提供できるよう、食材や調理法など日々務めております。また様々な活動を通して、食の大切さを皆様にお伝えしていきます。安全・安心でおいしい給食作りをしてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

毎月19日は、「食育の日」です♪



年間を通して食育の日前後には、旬の食材を使用した行事食や郷土料理などの献立を実施しています。

サンプルケースに当日の昼食とおやつを展示しますので、お迎えの際は是非ご覧ください。

展示は４歳児の量となります。乳児食は展示の８割が目安量です。

マークは牛乳です。　行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。