|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **令和３年４月　　　よていこんだてひょう　　　日野市立保育園**  **☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆** | | | | | | | |
| 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  (木) | 麦　茶  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、はるさめ | 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 |
| ２  (金) | 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、さつまいも | ゆかり粉、しょうが、もやし、  青菜、人参、はくさい |
| ３  (土) | 菓　子 | 肉うどん　牛乳  かぼちゃの甘煮 |  | 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 |
| ５  (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 |
| ６  (火) | 菓　子 | カレーライス　野菜炒め  クリームコーンスープ |  | にゅう麺 | 豚肉、豆腐、牛乳、  ツナ、わかめ | 米、じゃがいも、油、  バター、小麦粉、  かたくり粉、そうめん | 玉ねぎ、人参、もやし、ねぎ、  キャベツ、いんげん、  クリームコーン |
| ７  (水) | 菓　子 | ツナピラフ　わかめスープ  フルーツミックス |  | フルーツゼリー  菓　子 | ツナ、豆腐、  わかめ、牛乳 | 米、油 | 玉ねぎ、人参、コーン、  黄桃缶、りんご缶、みかん缶、  えのきたけ、フルーツゼリー |
| ８  (木) | ぶどう  ジュース | ごはん　おかかふりかけ  肉じゃが　なめこのみそ汁 |  | りんごの蒸しパン | かつお節、豚肉、豆腐、みそ、牛乳 | 米、じゃがいも、油、  こんにゃく、砂糖、  小麦粉、バター | 人参、玉ねぎ、ねぎ、なめこ、  りんご缶 |
| ９  (金) | 菓　子 | コーンごはん　えのきのみそ汁  さけとじゃがいもの煮物 |  | 揚げせんべい | 鮭、みそ、牛乳 | 米、じゃがいも、油、  砂糖、米粉ラザニア | コーン、しょうが、いんげん、  大根、えのきたけ、青菜 |
| １０  (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、  じゃがいも、  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 |
| １２  (月) | ヨーグルト | ゆかりごはん　青菜のみそ汁  豆腐のカレー煮 |  | パンプキンパンの  ジャムサンド | 豆腐、豚肉、みそ、  牛乳 | 米、油、砂糖、パン、  かたくり粉、  いちごジャム | ゆかり粉、玉ねぎ、人参、  しいたけ、いんげん、青菜 |
| １３  (火) | 菓　子 | 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、油、バター、小麦粉、  砂糖、ココア、  じゃがいも | 玉ねぎ、人参、トマト、  マッシュルーム、りんご缶、  みかん缶、もやし、  黄桃缶、キャベツ |
| １４  (水) | 菓　子 | 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、豆腐、牛乳 | 米、油、ごま油、  はるさめ | 人参、ねぎ、いんげん、青菜、  しいたけ、もやし、コーン、  玉ねぎ、キャベツ、  フルーツゼリー |
| １５  (木) | ぶどう  ジュース | パンプキンツイストパン  ピーチサラダ  春野菜の豆乳クリームシチュー |  | 和風雑炊 | 鶏肉、牛乳、豆乳、  しらす干し、みそ | パン、じゃがいも、油、  米粉、米 | 人参、キャベツ、玉ねぎ、  大根、きゅうり、黄桃缶、  えのきたけ、いんげん |

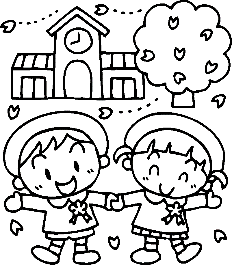
　　 のマークは牛乳です。　　　　　行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。





１日の平均栄養摂取量　エネルギー　568kcal　　たんぱく質　20.6g　　脂肪　13.5g　　塩分　2.7g

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **令和３年４月　　　よていこんだてひょう　　　日野市立保育園**  **☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆** | | | | | | | | |
| 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  (金) | 菓　子 | にんじんそぼろごはん  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、  じゃがいも | 人参、大根、いんげん、  玉ねぎ、えのきたけ、  はくさい |
| １７  (土) | 菓　子 | ひじきごはん　フルーツゼリー  じゃがいものみそ汁 |  | | 菓　子 | ツナ、ひじき、みそ、牛乳 | 米、砂糖、じゃがいも | 人参、しいたけ、玉ねぎ、  いんげん、フルーツゼリー |
| １９  (月) | ヨーグルト | <食育の日献立>  筍ごはん　魚のみそマヨネーズ焼き  春キャベツの煮浸し  わかめのみそ汁 |  | | さくらあんパン | 油揚げ、めかじき、  みそ、豆腐、わかめ、  牛乳、小豆 | 米、砂糖、パン、  ノンエッグマヨネーズ | たけのこ、人参、  キャベツ、ねぎ |
| ２０  (火) |  | 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 |  | | 汁ビーフン | 豚肉、しらす干し、  豆腐、ベーコン、牛乳 | 胚芽米、油、砂糖、  かたくり粉、米めん | 人参、玉ねぎ、ピーマン、  大根、きゅうり、コーン、  ねぎ、万能ねぎ、  クリームコーン |
| ２１  (水) |  | ごはん　昆布の佃煮  西湖（シ―ホー）豆腐　大根のみそ汁 |  | | 果　物  菓　子 | 昆布、豆腐、豚肉、  みそ、牛乳 | 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、ピーマン、トマト、大根、青菜、黄桃缶 |
| ２２  (木) | ぶどう  ジュース | ごまごはん　きんぴら煮  ほうれん草のみそ汁 |  | | ソフトビスケット | 豚肉、豆腐、みそ、  牛乳、スキムミルク、  ヨーグルト | 米、ごま、こんにゃく、  じゃがいも、ごま油、  小麦粉、砂糖、バター | 人参、ごぼう、しいたけ、  いんげん、ほうれん草、  玉ねぎ |
| ２３  (金) |  | にんじんロールパン  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、  青のり、かつお節 | パン、油、かたくり粉、  じゃがいも、米 | 玉ねぎ、人参、キャベツ |
| ２４  (土) |  | 五目ツナうどん  里芋の煮物　いちご豆乳 |  | | 菓　子 | ツナ、豆乳、  牛乳 | うどん、砂糖、里芋 | 人参、玉ねぎ、しいたけ、  いんげん |
| 2６  (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、油、  砂糖、パン | 人参、いんげん、はくさい、  もやし、キャベツ、玉ねぎ |
| 2７  (火) |  | カラフルごはん　まいたけのみそ汁  かじきとじゃがいもの煮物 |  | | 焼きうどん | めかじき、みそ、牛乳、  かつお節 | 米、じゃがいも、油、  砂糖、うどん | コーン、えだまめ、しょうが、  いんげん、人参、大根、青菜、  まいたけ、玉ねぎ、キャベツ、  ピーマン |
| 2８  (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 |  | | りんごのコンポート  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、  りんご缶 |
| ３０  (金) | ぶどう  ジュース | にんじんごはん　二色マッシュ  和風ハンバーグ　もずくスープ |  | | 抹茶米粉蒸しケーキ | 鶏肉、豆腐、もずく、  牛乳 | 米、油、砂糖、米粉、  かたくり粉、  じゃがいも | 人参、玉ねぎ、コーン、ねぎ、  抹茶 |
| N:\栄養士関連\田野倉様\書類Ａ\栄養：24年度\ashorui\t.s1\移動するファイル\ST\給食\給食キャラクター2\IMG_0009.jpg  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  調理法など工夫に務めております。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。  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歳児の量です。１～２歳児は展示の8割が目安量です。  **毎月１９日は、「食育の日」です♪**  食育の日前後には､旬の食材を使用した季節料理や郷土料理などの献立を実施しています。 | | | | | | | | |

　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。