令和5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 (土)	りんご ジュース	鶏五目ごはん じゃが芋の煮物 玉ねぎのみそ汁	いちご 豆乳　菓子	鶏肉、みそ、 いちご豆乳	米、油、砂糖、じゃが芋	ごぼう、人参、しいたけ、 いんげん、玉ねぎ、もやし
3 (月)	麦茶 菓子	ゆかりごはん 豆腐のカレー煮 キャベツのみそ汁	オレンジゼリー 菓子	豆腐、豚肉、みそ、 牛乳、粉寒天	米、油、砂糖、 かたくり粉	ゆかり粉、玉ねぎ、人参、 しいたけ、グリンピース、 もやし、キャベツ、ねぎ、 みかんジュース
4 (火)	麦茶 菓子	チキンライス ピーチサラダ えのきのスープ	ふかし芋 菓子	鶏肉、豆腐、牛乳	米、油、さつま芋	玉ねぎ、人参、きゅうり、 グリンピース、トマト、大根、 黄桃缶、えのき茸、万能ねぎ
5 (水)	ぶどう ジュース	にんじんごはん 鮭とじゃが芋の煮物 板ふのみそ汁	りんごのコンポート 菓子	鮭、みそ、牛乳	米、じゃが芋、油、砂糖、 ふ	人参、しょうが、いんげん、 青菜、玉ねぎ、りんご缶
6 (木)	菓子	チャーハン 無限キャベツ チンゲン菜のスープ	二色クッキー	豚肉、豆腐、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、 小麦粉、バター、ココア	人参、ねぎ、コーン、 グリンピース、しいたけ、 キャベツ、もやし、玉ねぎ、 チンゲン菜
7 (金)	菓子	ハッシュドポークライス フルーツミックス わかめのスープ	汁ビーフン	豚肉、豆腐、わかめ、 牛乳、鶏肉	米、じゃが芋、油、 バター、小麦粉、米めん	玉ねぎ、人参、 マッシュルーム、いんげん、 トマト、黄桃缶、りんご缶、 パイン缶、ねぎ、万能ねぎ
8 (土)	みかん ジュース	肉うどん かぼちゃの甘煮 いちご豆乳	麦茶　米粉ケーキ 菓子	豚肉、いちご豆乳	うどん、砂糖、 米粉ケーキ	人参、玉ねぎ、しいたけ、 青菜、かぼちゃ
10 (月)	ヨーグルト	ごはん　おかかふりかけ 西湖豆腐 にらのスープ	パンプキンパンの ジャムサンド	かつお節、豆腐、 豚肉、牛乳	米、ごま、ごま油、砂糖、 かたくり粉、春雨、パン、 いちごジャム	しょうが、たけのこ、 しいたけ、人参、ねぎ、 トマト、グリンピース、 もやし、にら
11 (火)	菓子	カレーライス フルーツゼリー クリームコーンスープ	にゅうめん	豚肉、牛乳、わかめ	米、じゃが芋、油、 バター、小麦粉、 そうめん	玉ねぎ、人参、 マッシュルーム、コーン、 クリームコーン、ねぎ、 フルーツゼリー
12 (水)	ぶどう ジュース	ゆかりごはん 鮭の蒸し焼き　ごま和え なめこ汁	果物 菓子	鮭、豆腐、みそ、牛乳	米、油、ごま、砂糖	ゆかり粉、しょうが、もやし、 青菜、人参、ねぎ、なめこ、 黄桃缶
13 (木)	菓子	パンプキンツイストパン 豆腐と鶏肉のトマト煮 粉ふき芋　オニオンスープ	わかめごはん	鶏肉、豆腐、 生クリーム、牛乳、 わかめ	パン、油、バター、 小麦粉、じゃが芋、米	玉ねぎ、人参、トマト、 いんげん、コーン
14 (金)	菓子	もずくどんぶり ほうれん草のさっぱり和え にらのみそ汁	りんごの蒸しパン	豚肉、もずく、豆腐、 みそ、牛乳	米、油、砂糖、 かたくり粉、小麦粉、 バター	人参、ピーマン、コーン、 しょうが、ほうれん草、 もやし、にら、玉ねぎ、 りんご缶
15 (土)	りんご ジュース	ジャージャー麺 中華コーンスープ いちご豆乳	麦茶　菓子	豚肉、みそ、 いちご豆乳	中華めん、油、砂糖、 かたくり粉、じゃが芋、 ごま油	人参、玉ねぎ、もやし、 しょうが、クリームコーン、 チンゲン菜

のマークは牛乳です。　フルーツゼリーは、白桃・洋梨・ぶどう・みかん・青りんごなどがあります。

1日の平均栄養摂取量　エネルギー　566kcal　たんぱく質　21.1g　脂肪　14.9g　塩分　2.6g

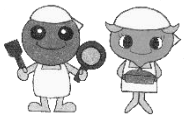
令和5年4月 よていこんだてひょう 日野市立保育園

☆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）
17（月）	フルーツゼリー	カレーピラフ みそドレッシングサラダ 豆腐とベーコンのスープ	フルーツヨーグルト 菓子	豚肉、みそ、ベーコン、豆腐、牛乳、ヨーグルト	胚芽米、油、砂糖、かたくり粉	人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、きゅうり、もやし、コーン、クリームコーン、みかん缶、黄桃缶、りんご缶
18（火）		麻婆豆腐丼 ナムル 春雨コーンスープ	ちんすこう	豆腐、豚肉、みそ、牛乳	米、油、砂糖、ごま油、かたくり粉、春雨、小麦粉	人参、ねぎ、しいたけ、たけのこ、しょうが、もやし、きゅうり、クリームコーン、チンゲン菜
19（水）		<食育の日献立> 筍ごはん 魚のみそマヨネーズ焼き 春キャベツの煮びたし わかめのみそ汁	フルーツゼリー 菓子	鶏肉、めかじき、みそ、わかめ、牛乳	米、砂糖、ノンエッグマヨネーズ	たけのこ、人参、キャベツ、もやし、玉ねぎ、フルーツゼリー
20（木）	ぶどうジュース	コーンごはん カレー肉じゃが 大根のみそ汁	わかめうどん	豚肉、油揚げ、みそ、牛乳、わかめ	米、じゃが芋、糸こんにゃく、油、砂糖、かたくり粉、うどん	コーン、人参、玉ねぎ、いんげん、大根、青菜、ねぎ
21（金）		ごはん あんかけハンバーグ にんじんしりしり もずくスープ	ココア蒸しパン	鶏肉、豆腐、かつお節、もずく、牛乳	米、油、かたくり粉、砂糖、小麦粉、ココア、バター	玉ねぎ、人参、もやし、ねぎ
22（土）	りんごジュース	スパゲッティナポリタン 野菜スープ フルーツ缶	麦茶 米粉ケーキ 菓子	豚肉	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
24（月）	ヨーグルト	キーマカレーライス フルーツゼリー キャベツスープ	かぼちゃのケーキ	鶏肉、豆腐、牛乳	米、じゃが芋、油、バター、小麦粉、砂糖	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、キャベツ、かぼちゃ、フルーツゼリー
25（火）		にんじんツイストパン ホワイトシチュー パインサラダ	和風雑炊	鶏肉、めかじき、牛乳、スキムミルク、しらす干し、みそ	パン、油、じゃが芋、バター、小麦粉、米	人参、マッシュルーム、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、パイン缶、大根、えのき茸
26（水）		ごはん 鮭の黄金焼き　土佐和え 豆腐のみそ汁	果物 菓子	鮭、チーズ、かつお節、豆腐、わかめ、みそ、牛乳	米、ノンエッグマヨネーズ	人参、青菜、キャベツ、ねぎ、黄桃缶
27（木）		スパゲッティミートソース フルーツミックス 豆腐のスープ	梅おかかごはん	豚肉、チーズ、豆腐、牛乳、かつお節、青のり	スパゲッティ、油、バター、小麦粉、米	玉ねぎ、人参、ピーマン、マッシュルーム、黄桃缶、りんご缶、みかん缶、えのき茸、チンゲン菜、ゆかり粉
28（金）	りんごジュース	そぼろまぜごはん 甘酢キャベツ かぼちゃのみそ汁	フライドポテト	鶏肉、油揚げ、みそ、牛乳	胚芽米、糸こんにゃく、砂糖、油、じゃが芋	人参、いんげん、キャベツ、きゅうり、かぼちゃ、万能ねぎ

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、食材や調理法などの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、よろしくお願いいたします。



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の料理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歳児の量になります。

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。