平成３１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（月）	麦茶 菓子	ツナピラフ フルーツミックス わかめスープ	にんじんパンの ジャムサンド	ノンオイルツナ、牛乳、わかめ	米、油、パン、いちごジャム	玉ねぎ、にんじん、コーン、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、えのき茸
2（火）	菓子	ごはん　おかかふりかけ 肉じゃが なめこのみそ汁	きな粉蒸しパン	かつお節、豚肉、豆腐、みそ、牛乳、きなこ、スキムミルク	米、じゃがいも、油、砂糖、小麦粉、こんにゃく	にんじん、玉ねぎ、なめこ、ねぎ
3（水）	菓子	カレーライス 野菜炒め チンゲン菜のスープ	フルーツゼリー 菓子	豚肉、豆腐、牛乳	米、じゃがいも、油、バター、小麦粉、かたくり粉	玉ねぎ、にんじん、もやし、キャベツ、チンゲン菜、フルーツゼリー
4（木）	菓子	そぼろまぜごはん 煮びたし キャベツのみそ汁	ふかし芋	鶏肉、豆腐、凍り豆腐、みそ、牛乳	米、こんにゃく、油、砂糖、さつまいも	にんじん、いんげん、白菜、もやし、キャベツ、玉ねぎ
5（金）	ぶどうジュース	にんじんごはん 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、豚肉、牛乳	米、油、かたくり粉、砂糖、じゃがいも、中華めん	にんじん、玉ねぎ、コーン、ねぎ、もやし、ピーマン、キャベツ
6（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	にんじん、玉ねぎ、しいたけ、青菜、かぼちゃ
8（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、にんじん、ねぎ、コーン、トマト、キャベツ、きゅうり、パイン缶、小松菜、みかんジュース
9（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	パイン米粉蒸しパン	鮭、みそ、牛乳、わかめ、かつお節	米、油、砂糖、米粉	ゆかり、しょうが、もやし、青菜、にんじん、白菜、パイン缶
10（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、牛乳、みそ	米、油、砂糖、ごま油、かたくり粉、春雨	にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが、たけのこ、もやし、きゅうり、コーン、りんご缶、チンゲン菜、グリンピース
11（木）	ぶどうジュース	パンプキンロールパン 春野菜の豆乳クリームシチュー ピーチサラダ	和風ぞうすい	鶏肉、牛乳、豆乳、みそ、しらす干し	米、パン、じゃがいも、油、米粉	にんじん、玉ねぎ、キャベツ、大根、きゅうり、黄桃缶、えのき茸、いんげん
12（金）	菓子	コーンごはん かじきとじゃがいもの煮物 えのきのみそ汁	揚げせんべい	めかじき、油揚げ、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、にんじん、大根、青菜、えのき茸
13（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	にんじん、玉ねぎ、ピーマン、チンゲン菜、りんご缶、黄桃缶
15（月）	フルーツゼリー	ごはん　おかかふりかけ 豆腐のカレー煮 かぶのみそ汁	パンプキンパンの いちごジャムサンド	豚肉、豆腐、みそ、かつお節、牛乳	米、油、砂糖、パン、かたくり粉、いちごジャム	玉ねぎ、にんじん、いんげん、しいたけ、かぶ、えのき茸

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　565kcal　たんぱく質　20.2g　脂肪　13.2g　塩分　2.5g

平成３１年４月　よていこんだてひょう

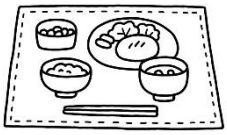
日野市立保育園

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（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、牛乳	米、油、じゃがいも、砂糖、バター、小麦粉、ココア	玉ねぎ、にんじん、トマト、黄桃缶、りんご缶、パイン缶、みず菜、もやし、マッシュルーム
17（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、牛乳	米、油、ごま油、春雨	にんじん、ねぎ、コーン、いんげん、しいたけ、青菜、もやし、玉ねぎ、チンゲン菜、フルーツゼリー
18（木）	みかん ジュース	ごはん　にんじんそぼろ 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、砂糖、油、板ふ、じゃがいも、かたくり粉	にんじん、大根、いんげん、青菜、玉ねぎ
19（金）		《食育の日献立》 たけのこごはん　わかめのみそ汁 春キャベツの煮びたし 魚のみそマヨネーズ焼き	桜かまぼこ入り米麺	油揚げ、めかじき、豆腐、みそ、牛乳、かまぼこ、わかめ	米、砂糖、米めん、ノンエッグマヨネーズ	たけのこ、にんじん、青菜、キャベツ、ねぎ、万能ねぎ
20（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、にんじん、ピーマン、もやし、キャベツ、しいたけ、クリームコーン、チンゲン菜、りんご缶、黄桃缶
22（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、青菜、しいたけ、にんじん、ねぎ、トマト、グリンピース、大根、りんご缶、黄桃缶、パイン缶
23（火）		豆乳ロールパン 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、あおのり、牛乳、かつお節	パン、油、かたくり粉、じゃがいも、米	玉ねぎ、にんじん、キャベツ
24（水）	ぶどう ジュース	ゆかりごはん　鮭の黄金焼き かぼちゃのみそ汁 ほうれん草のさっぱり和え	果物 菓子	鮭、チーズ、みそ、牛乳	米、砂糖、ノンエッグマヨネーズ	ゆかり、にんじん、もやし、ほうれん草、かぼちゃ、万能ねぎ、黄桃缶
25（木）		カレーピラフ 大根としらすのサラダ ミルクコーンスープ	わかめうどん	豚肉、しらす干し、わかめ、ベーコン、牛乳	胚芽米、油、砂糖、うどん	にんじん、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
26（金）	いちご 豆乳	ごはん　しらすの佃煮 金平煮　青菜のみそ汁	麦茶　ソフトビスケット	しらす干し、豚肉、豆腐、ヨーグルト、スキムミルク、みそ	米、こんにゃく、砂糖、じゃがいも、ごま油、小麦粉、バター	しょうが、にんじん、ごぼう、しいたけ、いんげん、青菜、玉ねぎ
27（土）		ひじきごはん じゃがいものみそ汁 フルーツゼリー	菓子	ツナ、ひじき、みそ、牛乳	米、砂糖、じゃがいも	にんじん、しいたけ、玉ねぎ、いんげん、フルーツゼリー

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。