

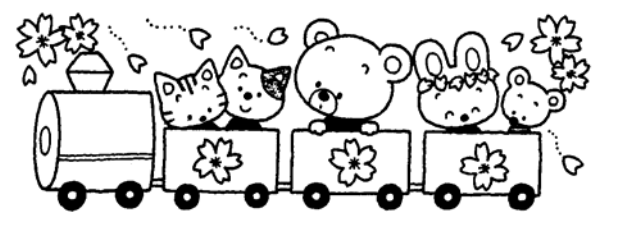
平成20年4月		こんだてひょう		日野市立保育園		
日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を 整える)
1 (火)	菓子	ツナピラフ たまねぎのスープ キャベツのそぼろ炒め	パイナップルケーキ	牛乳、ツナ、豚肉、 豆腐、卵、スキムミルク	米、バター、小麦粉、 油、片栗粉	たまねぎ、にんじん、 コーン、キャベツ、 ピーマン、チンゲン菜、 パイン缶、グリーンピース
2 (水)	菓子	ゆかりごはん 肉じゃが なめこ汁	果物 菓子	牛乳、豚肉、豆腐	米、じゃがいも、 こんにゃく、油、砂糖	にんじん、たまねぎ、 グリーンピース、なめこ、 ねぎ、果物
3 (木)	りんご ジュース	パンズパン チキンハンバーグ スナップえんどう 二色マッシュ 豆腐のスープ	みそおやき たたき胡瓜	牛乳、鶏挽肉、豆腐、 卵、みそ	パン、油、パン粉、 じゃがいも、ごま、 ごま油	たまねぎ、にんじん、 えんどう、青菜、 きゅうり
4 (金)	菓子	三色まぜごはん 土佐あえ 大根のみそ汁	蒸しじゃが	牛乳、豚挽肉、油あげ、 豆腐、みそ	米、砂糖、じゃがいも、 バター	にんじん、青菜、 もやし、キャベツ、 だいこん、たまねぎ
5 (土)	菓子	ほうとう りんごのコンポート 牛乳	黒砂糖パン	牛乳、挽肉、みそ	うどん、パン、砂糖	にんじん、たまねぎ、 ねぎ、しいたけ、 干ぶどう、かぼちゃ、 青菜、りんご
7 (月)	ヨーグルト	ミルクカレーライス フルーツミックス えのきだけのスープ	バタークッキー	牛乳、豚肉、 スキムミルク、豆腐	米、じゃがいも、油、 バター、小麦粉、砂糖	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、えのきだけ、 果物缶
8 (火)	菓子	苺ジャムコッペパン 豆腐と鶏肉のトマト煮 ポイル野菜 マカロニスープ	炒めビーフン	牛乳、鶏肉、豆腐、 生クリーム、ベーコン	パン、バター、小麦粉、 マカロニ、ビーフン	たまねぎ、にんじん、 トマト、さやいんげん、 コーン、たまねぎ、 キャベツ、ピーマン
9 (水)	菓子	炊き込みわかめごはん 金時煮豆 豚汁 ヨーグルト	ジャムソフトパン	牛乳、金時豆、豚肉、 わかめ、油あげ、みそ、 ヨーグルト	米、砂糖、パン、油、 こんにゃく、じゃがいも	ごぼう、にんじん、 だいこん、ねぎ
10 (木)	りんご ジュース	トマト花形パン かぶとたまねぎのシチュー コロコロ野菜のごま酢サラダ	ひじきごはん	牛乳、鶏肉、 スキムミルク、油あげ、 ひじき	パン、米、砂糖、 じゃがいも、バター、 小麦粉、ごま	かぶ、かぶの葉、 にんじん、たまねぎ、 菜の花、だいこん、 きゅうり
11 (金)	菓子	ごはん 鮭のみそ焼き 春野菜の煮物 わかめのすまし汁	りんごゼリー 菓子	牛乳、鮭、みそ、豆腐、 わかめ	米、じゃがいも、砂糖	にんじん、たけのこ、 ごぼう、ふき、 さやえんどう、ねぎ、 もも缶
12 (土)	菓子	あんかけごはん 中華スープ 飲むヨーグルト	オレンジゼリー 菓子	豚挽肉、 ヨーグルト	米、油、片栗粉、 じゃがいも	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、もやし、 にら、しいたけ、 ちんげん菜
14 (月)	ヨーグルト	ごはん おかかぶりかけ 麻婆豆腐 青菜のみそ汁	シュガートースト 果物	牛乳、かつお節、豆腐、 豚挽肉、みそ	米、パン、油、砂糖、 マーガリン、ごま、 片栗粉	にんじん、ねぎ、 しいたけ、たけのこ、 グリーンピース、青菜、 果物
15 (火)	菓子	ごはん 鶏肉のごま照り焼き のり和え じゃがいものみそ汁	わかめうどん	牛乳、鶏肉、のり、 みそ、わかめ、油あげ	米、砂糖、ごま、油、 じゃがいも、うどん	青菜、キャベツ、 にんじん、えのきだけ、 さやえんどう、ねぎ
16 (水)	菓子	チャーハン ナムル ちんげん菜のスープ	果物 菓子	牛乳、豚挽肉、 うずら卵、豆腐	米、ごま油、砂糖	にんじん、ねぎ、グリーンピース、 しいたけ、もやし、キャベツ、 きゅうり、ちんげん菜、 たまねぎ、もも缶
17 (木)	フルーツ ミックスゼリー	マーガリンコッペ マカロニのクリーム煮 コーンポテト キャベツスープ	蒸しパン	牛乳、鶏肉、 スキムミルク、豆腐	パン、マーガリン、 マカロニ、油、バター、 じゃがいも、小麦粉、 砂糖	たまねぎ、にんじん、 しめじ、コーン、 キャベツ、さやいんげん

☺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 585kcal たんぱく質 21.1g 脂肪 15.3g 塩分 2.7g

平成20年4月		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 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)
18 (金)	菓子	たけのこごはん かじきとかぶの煮物 すまし汁 りんごジュース	いも餅	牛乳、油あげ、 めかじき、 スキムミルク	米、砂糖、片栗粉、 じゃがいも、ふ、 バター、油	たけのこ、にんじん、 しいたけ、かぶ、 かぶの葉、万能ねぎ、 さやえんどう、りんご果汁
19 (土)	菓子	ソース焼きそば 野菜スープ クリームチーズ	菓子	牛乳、豚肉、 クリームチーズ	中華麺、じゃがいも、 油	たまねぎ、にんじん、 もやし、ピーマン、 キャベツ、しいたけ、 ちんげん菜
21 (月)	乳酸菌飲料	チキンライス みそドレッシングサラダ 春雨スープ	にんじんゼリー 菓子	牛乳、鶏肉、みそ、 豆腐、わかめ	米、バター、油、砂糖、 春雨	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ、 きゅうり、もやし、 みかん果汁、果物缶
22 (火)	菓子	ミルクツイストパン カラフルオムレツ ピーチサラダ いんげんのスープ	しょうゆラーメン	牛乳、卵、豚肉、 ベーコン、スキムミルク、 チーズ、豆腐	パン、バター、油、 砂糖、中華麺、ごま油	にんじん、たまねぎ、にら、 だいこん、きゅうり、黄輪缶、 きゅうり、もやし、 さやいんげん、 えのきだけ
23 (水)	菓子	ごはん 昆布の佃煮 新じゃがいものそぼろ煮 ふのみそ汁	麦 茶 ヨーグルト 菓子	ヨーグルト、昆布、 みそ、鶏挽肉	米、砂糖、油、 じゃがいも、 こんにゃく、片栗粉、 ふ	にんじん、たまねぎ、 さやえんどう、生姜、 青菜、だいこん
24 (木)	菓子	肉みそパゲティ フルーツミックス かぶのスープ	揚げ野菜	牛乳、豚挽肉、みそ、 豆腐、青のり	スパゲティ、油、 片栗粉、さつまいも	にんじん、たまねぎ、 もやし、生姜、 かぼちゃ、果物缶、 かぶ、かぶの葉
25 (金)	菓子	かやくごはん 豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃのグラッセ 白菜のみそ汁	コーンマフィン	牛乳、油あげ、豆腐、 豚挽肉、みそ、卵	米、砂糖、ごま油、 片栗粉、バター、 小麦粉	ごぼう、にんじん、 ピーマン、たまねぎ、 たけのこ、かぼちゃ、 白菜、ねぎ、コーン
26 (土)	菓子	肉うどん じゃがいものひじき煮 牛乳	みかん ジュース 菓子	牛乳、豚肉、ひじき、 チーズ	麺、砂糖、油、 じゃがいも	にんじん、たまねぎ、 しいたけ、青菜、 みかん果汁
28 (月)	ヨーグルト	ハッシュドポークライス キャベツのサラダ にらのスープ	ツナトースト	牛乳、豚肉、豆腐、 ツナ	米、じゃがいも、油、 バター、小麦粉、パン、 マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、 キャベツ、グリーンピース、 きゅうり、にら
30 (水)	菓子	ごまごはん 白身魚の若草揚げ おかか和え 根菜のみそ汁	果物 菓子	牛乳、メルルーサ、卵、 青のり、かつお節、 みそ	米、ごま、小麦粉、油、 じゃがいも	キャベツ、にんじん、 もやし、ごぼう、 だいこん、果物

ご入園ご進級  
おめでとうございます



食育の日(18日)献立

- おひる たけのこごはん  
かじきとかぶの煮物  
すまし汁  
りんごジュース
- おやつ 牛乳 いも餅

☺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。