

平成21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 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)	菓子	ツナピラフ 玉ねぎのスープ キャベツのそぼろ炒め	果物 菓子	ツナ、豚肉、豆腐、 牛乳	米、バター、油、 かたくり粉	玉ねぎ、にんじん、コーン、 グリーンピース、キャベツ、 ピーマン、ちんげんさい、果物
2 (木)	菓子	ゆかりごはん なめこ汁 肉じゃが	パンケーキ	豚肉、豆腐、たまご、 牛乳、スキムミルク、 みそ	米、じゃが芋、油、 こんにゃく、砂糖、 バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ、 グリーンピース、なめこ ねぎ、パン缶
3 (金)	菓子	三色まぜごはん 土佐和え 大根のみそ汁	蒸しじゃが	豚肉、かつお節、油揚げ、 豆腐、みそ、牛乳	米、砂糖、油、 じゃが芋、バター	にんじん、青菜、もやし、 キャベツ、大根、玉ねぎ
4 (土)	菓子	あんかけごはん 中華スープ 飲むヨーグルト	菓子	豚肉、飲むヨーグルト、 牛乳	米、油、かたくり粉、 じゃが芋、ごま油	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、 もやし、にら、しいたけ、 ちんげんさい
6 (月)	ヨーグルト	ミルクカレーライス フルーツミックス えのきたけのスープ	バタークッキー	豚肉、スキムミルク、 豆腐、牛乳	米、じゃが芋、油、 バター、小麦粉、砂糖	にんじん、玉ねぎ、 キャベツ、えのきたけ、 果物缶(3種)
7 (火)	菓子	杏ジャムコッペ かぶと玉ねぎのシチュー コロコロ野菜のごま酢サラダ	和風雑炊	鶏肉、スキムミルク、 牛乳、みそ	パン、杏ジャム、油、 じゃが芋、バター、 小麦粉、砂糖、ごま	かぶ、かぶの葉、なばな、 にんじん、玉ねぎ、大根、 きゅうり、えのきたけ、 しいたけ
8 (水)	菓子	わかめごはん 豚汁 金時豆の煮豆	果物 菓子	わかめ、金時豆、 豚肉、油揚げ、豆腐、 牛乳、みそ	米、砂糖、油、じゃが芋、 こんにゃく	ごぼう、にんじん、大根、 ねぎ、果物缶
9 (木)	りんご ジュース	ごはん チキンハンバーグ 二色マッシュ 豆腐スープ	にゅうめん	鶏肉、豆腐、牛乳、 わかめ	米、油、パン粉、 じゃが芋、そうめん	玉ねぎ、にんじん、青菜
10 (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	さけ、豆腐、わかめ、 牛乳、みそ、粉寒天	米、砂糖、油、 じゃが芋	にんじん、たけのこ、 ごぼう、ふき、ねぎ、 絹さや、果物缶 りんごジュース
11 (土)	菓子	ほうとう りんごのコンポート	黒糖パン	豚肉、みそ、牛乳	うどん、砂糖	にんじん、玉ねぎ、ねぎ、 しいたけ、かぼちゃ、 青菜、りんご、 干しぶどう
13 (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	かつお節、豆腐、豚肉、 牛乳、ふ、みそ	米、ごま、油、砂糖、 かたくり粉、パン、 バター	にんじん、ねぎ、 しいたけ、たけのこ、 青菜、グリーンピース
14 (火)	菓子	苺ジャムコッペパン ボイル野菜 豆腐と鶏肉のトマト煮 クリームコーンスープ	みそおやき たたき胡瓜	鶏肉、豆腐、牛乳、みそ、 生クリーム	パン、油、 苺ジャム、バター、砂糖、 小麦粉、ごま、ごま油	玉ねぎ、にんじん、 いんげん、キャベツ、 コーン、きゅうり、 トマトピューレ
15 (水)	菓子	チャーハン ナムル チンゲン菜のスープ	フルーツミックス ゼリー 菓子	豚肉、うずらの卵、豆腐、 牛乳	米、ごま油、砂糖	にんじん、ねぎ、 しいたけ、キャベツ、 グリーンピース、もやし、 きゅうり、玉ねぎ、 ちんげんさい
16 (木)	菓子	バターコッペパン キャベツスープ マカロニのクリーム煮 二色マッシュ	蒸しパン	鶏肉、牛乳、豆腐、 スキムミルク	パン、バター、マカロニ、 油、小麦粉、じゃが芋、 砂糖	玉ねぎ、にんじん、 しめじ、キャベツ、 いんげん
17 (金)	菓子	<食育の日献立> たけのこごはん すまし汁 かじきとかぶの煮物	いももち	油揚げ、めかじき、牛乳、 ふ、スキムミルク	米、油、砂糖、じゃが芋、 かたくり粉、バター	たけのこ、にんじん、 しいたけ、かぶ、絹さや、 かぶの葉、万能ねぎ

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 577kcal

たんぱく質 20.3g

脂肪 14.7g

塩分 2.6g

平成21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 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)
18 (土)		ソース焼きそば 10gチーズ 中華コーンスープ	菓子	豚肉、チーズ、牛乳	中華めん、油、じゃが芋、 ごま油、かたくり粉	玉ねぎ、にんじん、 もやし、ピーマン、 キャベツ、しいたけ、 ちんげんさい、コーン
20 (月)	ヨーグルト	チキンライス 春雨スープ みそドレッシングサラダ	にんじんゼリー 菓子	鶏肉、豆腐、みそ、 わかめ、粉寒天、牛乳	米、バター、油、砂糖、 春雨	玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ、 きゅうり、もやし、 トマトピューレ、 オレンジジュース
21 (火)		ミルクツイストパン ピーチサラダ カラフルオムレツ いんげんのスープ	しょうゆラーメン	たまご、ベーコン、豆腐、 スキムミルク、牛乳、 チーズ、豚肉	パン、バター、油、 砂糖、ごま油	にんじん、玉ねぎ、にら、 大根、きゅうり、黄桃缶、 いんげん、えのきたけ、 もやし、ねぎ
22 (水)		ごはん 昆布の佃煮 新じゃが芋のそぼろ煮 ふうのみそ汁	ぶどうコッパン	昆布、鶏肉、牛乳、 ふ、みそ	米、砂糖、じゃが芋、 こんにゃく、油、 かたくり粉、パン	しょうが、にんじん、 玉ねぎ、絹さや、青菜、 大根、干しぶどう
23 (木)		肉みそスパゲッティ かぶのスープ フルーツミックス	ひじきごはん	豚肉、豆腐、みそ、 油揚げ、ひじき、牛乳	スパゲッティ、油、砂糖、 かたくり粉、米	にんじん、玉ねぎ、 もやし、しょうが、 果物缶(3種)、 かぶ、かぶの葉
24 (金)	りんご ジュース	ごはん じゃが芋のみそ汁 鶏肉のごま照り焼き のり和え	わかめうどん	鶏肉、のり、みそ、牛乳、 わかめ、油揚げ	米、砂糖、小麦粉、ごま、 油、じゃが芋、うどん	青菜、キャベツ、 にんじん、えのきたけ、 絹さや、ねぎ
25 (土)		そぼろまぜごはん いんげんのみそ汁 フルーツミックスゼリー	菓子	鶏肉、ふ、みそ、牛乳	米、砂糖、油、じゃが芋	にんじん、 グリーンピース、 いんげん
27 (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	豚肉、豆腐、牛乳、 ツナ	米、じゃが芋、油、 バター、小麦粉、パン、 マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ マッシュルーム、きゅうり、 トマトピューレ、にら
28 (火)	麦茶 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	メルルーサ、たまご、 青のり、かつお節、みそ、 牛乳	米、ごま、薄力粉、油、 じゃが芋	キャベツ、にんじん、 もやし、ごぼう、大根、 果物缶(2種)
30 (木)		かやくごはん かぼちゃのグラッセ 豆腐のそぼろあんかけ 白菜のみそ汁	コーンマフィン	油揚げ、豆腐、豚肉、 みそ、牛乳、たまご	米、砂糖、ごま油、砂糖、 かたくり粉、バター、 小麦粉	ごぼう、にんじん、 ピーマン、玉ねぎ、 たけのこ、かぼちゃ、 はくさい、ねぎ、コーン



ご入園 ご進級

おめでとうございます



食育の日(17日)献立

おひる たけのごごはん
かじきとかぶの煮物
すまし汁
おやつ 牛乳
いもち
(北海道の郷土料理です)

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、行事食や郷土料理などの給食になります。



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。