|  |
| --- |
| **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。