|  |
| --- |
| **令和４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(金) | 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(土) | りんごジュース | 肉うどん　いちご豆乳かぼちゃの甘煮 | 麦茶 | 菓　子 | 豚肉、いちご豆乳 | うどん、砂糖 | 人参、玉ねぎ、しいたけ、青菜、かぼちゃ |
| ４(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、小松菜、きゅうり、パイン缶、ねぎ、みかんジュース |
| ５(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、豆腐、牛乳、ツナ、わかめ | 米、じゃがいも、油、バター、小麦粉、そうめん | 玉ねぎ、人参、ねぎ、いんげん、クリームコーン、フルーツゼリー |
| ６(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 |
| ７(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、糸こんにゃく、砂糖、小麦粉、バター | 人参、玉ねぎ、ねぎ、なめこ、りんご缶 |
| ８(金) | 　　菓　子 | コーンごはん　えのきのみそ汁鮭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、人参、いんげん、大根、えのきたけ、青菜 |
| ９(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 | 米粉マフィン菓　子 | 豚肉 | スパゲッティ、油、じゃがいも、米粉マフィン | 人参、玉ねぎ、ピーマン、チンゲン菜、りんご缶、黄桃缶 |
| １1(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 |
| １２(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、黄桃缶、もやし、キャベツ |
| １３(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 |
| １４(木) | ぶどうジュース | にんじんロールパン　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 |
| １５(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 |  | 蒸しじゃが | 鶏肉、めかじき、みそ、牛乳 | 米、油、砂糖、かたくり粉、バター、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 |

　　 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　555kcal　　たんぱく質　20.3g　　脂肪　14.2g　　塩分　2.6g

|  |
| --- |
| **令和４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(土) | りんごジュース | ソース焼きそば中華スープ　フルーツ缶 | ぶどうジュース菓　子 | 豚肉 | 中華めん、油、ごま油 | 玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン、キャベツ、コーン、しいたけ、ねぎ、チンゲン菜、りんご缶、黄桃缶、ぶどうジュース |
| １８(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、ヨールグト | 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 |
| １９(火) |  | <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 |  | 汁ビーフン | 油揚げ、めかじき、みそ、わかめ、牛乳、かまぼこ | 米、砂糖、米めん、ノンエッグマヨネーズ | たけのこ、人参、キャベツ、もやし、ねぎ、万能ねぎ |
| ２０(水) |  | 米粉ツイストパン豆腐と鶏肉のトマト煮粉ふき芋　キャベツスープ |  | フルーツゼリー菓　子 | 鶏肉、豆腐、牛乳、生クリーム、 | パン、油、バター、小麦粉、じゃがいも | 玉ねぎ、人参、トマト、キャベツ、フルーツゼリー |
| ２１(木) | いちご豆乳 | ごはん　のりの佃煮　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、のり | 米、糸こんにゃく、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 |
| ２２(金) |  | カラフルごはん　和風ハンバーグ　かぼちゃのグラッセもずくスープ |  | ココア蒸しパン | 鶏肉、豆腐、もずく、牛乳 | 米、油、かたくり粉、砂糖、バター、小麦粉、ココア | 人参、グリンピース、コーン、玉ねぎ、かぼちゃ、ねぎ |
| ２３(土) | りんごジュース | ひじきごはん　フルーツゼリーじゃがいものみそ汁 | 麦茶 | 米粉クレープ菓　子 | ツナ、ひじき、みそ | 米、砂糖、じゃがいも、米粉クレープ | 人参、しいたけ、玉ねぎ、いんげん、フルーツゼリー |
| ２５(月) | ヨーグルト | ごはん　昆布の佃煮西湖（シ―ホー）豆腐　白菜のみそ汁 |  | シュガートースト | 昆布、豆腐、豚肉、みそ、牛乳 | 米、砂糖、ごま油、パン、バター、かたくり粉、 | しょうが、たけのこ、トマト、しいたけ、ねぎ、白菜、人参、グリンピース、いんげん |
| 2６(火) |  | 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、ゆかり粉、りんご缶、みかん缶、黄桃缶、えのきたけ、チンゲン菜 |
| 2７(水) |  | ごはん　鮭の黄金焼き土佐和え　かぶのみそ汁 |  | 果　物菓　子 | 鮭、チーズ、みそ、かつお節、牛乳 | 米、ノンエッグマヨネーズ | 人参、青菜、キャベツ、かぶ、かぶの葉、えのきたけ、黄桃缶 |
| 2８(木) | りんごジュース | そぼろまぜごはん甘酢キャベツ　しめじのみそ汁 |  | フライドポテト | 鶏肉、豆腐、みそ、牛乳 | 胚芽米、糸こんにゃく、砂糖、油、じゃがいも | 人参、いんげん、キャベツ、きゅうり、ねぎ、しめじ、 |
| ３０(土) | りんごジュース | 五目ツナうどん里芋の煮物　いちご豆乳 | 麦茶 | フルーツゼリー菓　子 | ツナ、いちご豆乳 | うどん、里芋、砂糖 | 人参、玉ねぎ、しいたけ、いんげん、フルーツゼリー |
| 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、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の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。