

リニューアルしました！

令和6年 4月分 よていこんだてひょう

☆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☆

日野市立保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
1 月	ゆかりごはん 豆腐のカレー煮 キャベツのみそ汁	米/油/砂糖/かたくり粉	豆腐/豚肉/みそ/牛乳/寒天	ゆかり粉/玉葱/にんじん/椎茸/グリーンピース/もやし/キャベツ/ねぎ/りんごジュース	牛乳 りんごゼリー 菓子 麦茶・菓子		I和食 - 577 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 15.3 g 食塩相当 2.6 g
2 火	チキンライス ピーチサラダ えのきのスープ	米/油/じゃがいも/バター	豚肉/豆腐/牛乳	玉葱/にんじん/ピーマン/トマト/だいこん/きゅうり/黄桃缶/えのきたけ/万能ねぎ	牛乳 蒸しじゃが 麦茶・菓子		I和食 - 461 kcal たんぱく質 16.1 g 脂 質 13.2 g 食塩相当 2.1 g
3 水	こんじんごはん かじきとじゃが芋の煮物 板ふのみそ汁	米/油/じゃがいも/砂糖/ふ	めかじき/みそ/牛乳	にんじん/しょうが/いんげん/ほうれんそう/玉葱/フルーツゼリー	牛乳 フルーツゼリー 菓子 麦茶・菓子		I和食 - 546 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 12.0 g 食塩相当 2.3 g
4 木	チャーハン 無限キャベツ 青梗菜のスープ	米/油/砂糖/ごま油/小麦粉/バター	牛乳/豚肉/豆腐	にんじん/ねぎ/コーン/グリーンピース/椎茸/キャベツ/玉葱/チンゲンツァイ	牛乳 バタークッキー 牛乳・菓子		I和食 - 545 kcal たんぱく質 16.5 g 脂 質 20.5 g 食塩相当 2.0 g
5 金	ハッシュドポークライス フルーツミックス わかめのスープ	米/油/じゃがいも/バター/小麦粉/米めん	牛乳/豚肉/豆腐/わかめ	玉葱/にんじん/マッシュルーム/いんげん/トマト/黄桃缶/パイナップル/みかん缶/ねぎ/万能ねぎ	牛乳 汁ビーフン 牛乳・菓子		I和食 - 639 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 14.2 g 食塩相当 2.7 g
6 土	ツナ五目ごはん じゃがいもの煮物 玉ねぎのみそ汁	米/油/砂糖/じゃがいも	ツナ缶/みそ	ごぼう/にんじん/椎茸/いんげん/玉葱/もやし/ほうれんそう	いちご豆乳 菓子 りんごどにんじんのジュース		I和食 - 536 kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 14.1 g 食塩相当 2.2 g
8 月	ごはん おかかふりかけ 西湖豆腐 もやしのスープ	米/油/ごま油/砂糖/かたくり粉/はるさめ	かつお節/豆腐/豚肉/牛乳/わかめ	しょうが/椎茸/にんじん/ねぎ/トマト/グリーンピース/もやし/玉葱	牛乳 わかめ御飯 ヨーグルト		I和食 - 560 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 14.9 g 食塩相当 2.3 g
9 火	カレーライス フルーツゼリー クリームコーンスープ	米/油/じゃがいも/バター/小麦粉/そうめん	牛乳/豚肉/わかめ	玉葱/にんじん/マッシュルーム/コーン/クリームコーン缶/ねぎ/フルーツゼリー	牛乳 にゅうめん 牛乳・菓子		I和食 - 612 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 14.4 g 食塩相当 4.1 g
10 水	ごはん かじきと大根の煮物 なめこ汁	米/油/砂糖/かたくり粉/菓子	めかじき/豆腐/みそ/牛乳	だいこん/いんげん/にんじん/ねぎ/なめこ/黄桃缶	牛乳 果物 菓子 ぶどうジュース		I和食 - 532 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 14.0 g 食塩相当 1.9 g
11 木	ごはん 豆腐と鶏肉のトマト煮 粉ふき芋 オニオンスープ	米/油/バター/小麦粉/じゃがいも/砂糖	牛乳/豚肉/豆腐/生クリーム	玉葱/にんじん/トマト/いんげん/コーン/りんご缶	牛乳 りんごの蒸しパン 牛乳・菓子		I和食 - 612 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 18.7 g 食塩相当 2.1 g
12 金	もずくどんぶり ほうれん草のさっぱり和え にらのみそ汁	米/油/砂糖/かたくり粉	牛乳/豚肉/もずく/豆腐/みそ/しらす干し	にんじん/ピーマン/コーン/しょうが/ほうれんそう/もやし/にら/玉葱/だいこん/万能ねぎ	牛乳 みそ雑炊 牛乳・菓子		I和食 - 533 kcal たんぱく質 23.6 g 脂 質 13.2 g 食塩相当 3.1 g
13 土	ジャージャー麺 中華コーンスープ フルーツ缶	中華めん/ごま油/油/砂糖/かたくり粉/じゃがいも/米粉ケーキ	豚肉/みそ	にんじん/玉葱/もやし/しょうが/クリームコーン缶/チンゲンツァイ/みかん缶/黄桃缶	麦茶 米粉ケーキ 菓子 みかんジュース		I和食 - 521 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 11.7 g 食塩相当 2.5 g
15 月	麻婆豆腐丼 ナムル 春雨スープ	米/油/砂糖/ごま油/かたくり粉/はるさめ/小麦粉	豆腐/豚肉/みそ/牛乳	にんじん/ねぎ/椎茸/しょうが/もやし/きゅうり/チンゲンツァイ	牛乳 ちんすこう ヨーグルト		I和食 - 620 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 22.1 g 食塩相当 2.1 g
16 火	チキンピラフ 味噌ドレッシングサラダ 豆腐とコーンのスープ	米/油/砂糖/かたくり粉	牛乳/豚肉/みそ/豆腐/ヨーグルト	にんじん/玉葱/ピーマン/キャベツ/きゅうり/コーン/みかん缶/黄桃缶/パイナップル	牛乳 フルーツヨーグルト 菓子 牛乳・菓子		I和食 - 484 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 11.2 g 食塩相当 2.0 g
17 水	ごはん カレー肉じゃが 大根のみそ汁	米/油/じゃがいも/糸こんにゃく/砂糖/かたくり粉	豚肉/油揚げ/みそ/牛乳	にんじん/玉葱/いんげん/だいこん/ほうれんそう/フルーツゼリー	牛乳 フルーツゼリー 菓子 いちご豆乳・菓子		I和食 - 553 kcal たんぱく質 18.5 g 脂 質 12.7 g 食塩相当 1.8 g

リニューアルしました！

令和6年 4月分

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	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			エネルギー	たんぱく質
18 木	ごはん あんかけハンバーグ にんじんしりしり もずくスープ	米/油/かたくり粉/ 砂糖/小麦粉	牛乳/鶏肉/豆腐/か つお節/もずく/きな 粉/スキムミルク	玉葱/にんじん/もや し/ねぎ	牛乳 きなこ蒸しパン 牛乳・菓子		1杯分 - たんぱく質	541 kcal 23.1 g 脂 質 13.3 g 食塩相当 1.8 g
19 金	<食育の日献立> 鮭五目ごはん 春キャベツの煮びたし 豆腐のみそ汁	米/油/砂糖	鮭/わかめ/豆腐/み そ/牛乳/油揚げ	椎茸/ねぎ/グリーン ピース/コーン/キャ ベツ/にんじん/玉葱 /たけのこ	<食育の日献立> 牛乳 たけのこごはん ぶどうジュース		1杯分 - たんぱく質	541 kcal 19.7 g 脂 質 13.7 g 食塩相当 2.7 g
20 土	スパゲッティナポリタン 野菜スープ フルーツ缶	スパゲッティ/油/ じゃがいも	豚肉	にんじん/玉葱/ビー マン/チンゲンツァイ/ 黄桃缶	麦茶 菓子 みかんジュース		1杯分 - たんぱく質	475 kcal 16.8 g 脂 質 9.3 g 食塩相当 1.9 g
22 月	ごまごはん 豆腐のカレー煮 キャベツのみそ汁	米/ごま/油/砂糖/ かたくり粉	豆腐/豚肉/みそ/牛 乳/寒天	玉葱/にんじん/椎茸 /グリーンピース/キャ ベツ/ねぎ/りんご ジュース	牛乳 りんごゼリー 菓子 ヨーグルト		1杯分 - たんぱく質	582 kcal 21.8 g 脂 質 15.9 g 食塩相当 2.4 g
23 火	チキンライス ピーチサラダ えのきのスープ	米/油/食パン/砂糖 /バター	牛乳/鶏肉/豆腐	玉葱/にんじん/ビー マン/トマト/だいこん /きゅうり/黄桃缶/ えのきたけ/万能ねぎ	牛乳 シュガートースト 牛乳		1杯分 - たんぱく質	492 kcal 16.6 g 脂 質 13.7 g 食塩相当 2.2 g
24 水	にんじんごはん かじきとじゃが芋の煮物 板心のみそ汁	米/じゃがいも/油/ 砂糖/ふ	めかじき/みそ/牛乳	にんじん/しょうが/ いんげん/ほうれんそ う/玉葱/黄桃缶	牛乳 果物 菓子 いちご豆乳		1杯分 - たんぱく質	531 kcal 19.7 g 脂 質 11.9 g 食塩相当 2.3 g
25 木	チャーハン 無限キャベツ 青梗菜のスープ	米/油/ごま油/砂糖 /小麦粉/バター	牛乳/豚肉/豆腐	にんじん/ねぎ/コー ン/グリーンピース/椎 茸/キャベツ/玉葱/ チンゲンツァイ	牛乳 バタークッキー 牛乳		1杯分 - たんぱく質	545 kcal 16.5 g 脂 質 20.5 g 食塩相当 2.0 g
26 金	ハッシュドポークライス フルーツミックス わかめのスープ	米/じゃがいも/油/ バター/小麦粉/米め ん	豚肉/豆腐/わかめ/ 牛乳/鶏肉	玉葱/にんじん/マツ シュルーム/いんげん /トマト/黄桃缶/パイ ン缶/みかん缶/ねぎ /万能ねぎ	牛乳 汁ピーフン ぶどうジュース		1杯分 - たんぱく質	639 kcal 20.1 g 脂 質 14.2 g 食塩相当 2.7 g
27 土	肉うどん 南瓜の甘煮 いちご豆乳	乾きしめん/砂糖/米 粉ケーキ	豚肉/いちご豆乳	にんじん/玉葱/椎茸 /ほうれんそう/かほ ちゃ	麦茶 米粉ケーキ 菓子 みかんジュース		1杯分 - たんぱく質	511 kcal 18.7 g 脂 質 10.2 g 食塩相当 3.7 g
30 火	ごはん おかかふりかけ 西湖豆腐 もやしのスープ	米/油/ごま油/砂糖 /かたくり粉/はるさ め	かつお節/豆腐/豚肉 /牛乳/わかめ	しょうが/椎茸/にん じん/ねぎ/トマト/ グリーンピース/もやし	牛乳 わかめ御飯 ヨーグルト		1杯分 - たんぱく質	548 kcal 21.4 g 脂 質 13.9 g 食塩相当 2.3 g

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みたいと思いますので、よろしく願いいたします。



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歳児の目安量になります。
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。

4月19日(金)
旬の野菜を使った献立です！

- 【お昼】
鮭五目ごはん・春キャベツの煮浸し・豆腐のみそ汁
- 【おやつ】
牛乳・たけのこごはん



♡ 乳児クラスの園児にも食べやすく調理します♡

月平均栄養価

エネルギー 549 kcal
脂 質 14.4 g
たんぱく質 19.4 g
食塩相当量 2.4 g