



4月 予定献立表



◎ご入園、ご進級おめでとうございます。今年度も、子どもたちのために給食室の先生と協力して、おいしい給食を作っていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

★新入園児の保護者のみなさまへ★

保育園での食物アレルギー発症を防止するため、食べたことのない食材は、体調の良いときに必ずおうちで食べていただきますようご協力をお願いいたします。特に、下記の食材は、重篤度・発症数が多いため食品に表示が義務付けられているものと、一定の頻度で発症する恐れがあるため表示を推奨しているものです。おうちで必ず食べていただきますようご協力をお願いいたします。それ以外の食材については、毎月の献立を確認いただき、おうちで食べていただくと安心です。(園の給食で頻りに使用する食材)

全卵 (完全加熱)	牛乳 (1歳を過ぎた園児 はお試ください)	ヨーグルト チーズ	パン・うどん パスタ	大豆 豆腐・納豆	鶏肉	豚肉	サケ
カレー	サバ	オレンジ	バナナ	りんご 旬の時期に	もも缶 (生のももを食べ ていれれば○)	パイン缶 (生のパインを食べ ていれれば○)	ごま できれば すりごま

◎4月20日の「ジャムの日」は…実は小諸と深い関係があります。

明治43年のこの日、長野県北佐久郡森山村(現小諸市森山)の二代目・塩川一郎氏が、「苺ジャム」を明治天皇に献上しました。そして、この「苺ジャム」の製造技術が日本のジャム産業の礎になったということで、日本ジャム工業組合が「ジャムの日」を制定しました。(参考:こもろ観光局) ジャムの日にちなんで、給食では、給食室の先生の「手作りいちごジャム」といちごジャムを使った「春色サラダ」を提供します。

都合により献立が変更となる場合があります

日曜日	午前おやつ (未提供)	主食	献立名	血や肉骨になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料他	午後おやつ	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 水分	
1	水		おやすみ							
2	木		希望保育～お弁当の持参をお願いします～ ※おやつはですす ～お弁当を作るときのお祝い～ ミニトマトは、丸のまま食べると窒息する危険性がありますので、1/2や1/4に切ってから詰めていただくと安心です。また、食べたことのない食材は、食物アレルギーを発症する危険性がありますので、食べ慣れている食材を詰めていただきますよう、ご協力をお願いいたします。							
3	金		入園式							
6	月	麦茶 せんべい	ごはん	マーボー豆腐	豚ひき肉・豆腐	ごま油・砂糖・油・片栗粉	にんじん・ながねぎ しょうが 干しいたけ	塩・しょうゆ	・牛乳 ・イングリッシュスコーン (小麦粉・砂糖・調整豆乳 ベーキングパウダー マーガリン(対応用))	427 kcal 19.4 g 20.7 g 1.9 g
				すまし汁(こねぎ)	こんぶ	麩	こねぎ・はくさい・にんじん	だし汁・塩 薄口しょうゆ		
				バナナ			バナナ			
7	火	牛乳 せんべい	ごはん	ポークカレー	豚肉・スキムミルク	じゃがいも・バター 小麦粉・油	たまねぎ・にんじん パセリ(乾燥) にんにく・しょうが	カレー粉・塩 ケチャップ ソース	・牛乳 ・マカロニあべかわ (マカロニ・きな粉・砂糖 塩)	416 kcal 18.8 g 17.8 g 1.7 g
				キャベ酢和え		油・砂糖	キャベツ・きゅうり にんじん	酢 薄口しょうゆ		
				いちご			いちご			
8	水	牛乳 せんべい	ごはん	肉じゃが	豚肉	じゃがいも・砂糖・片栗粉 油	にんじん・たまねぎ つきこん	酒・みりん しょうゆ	・牛乳 ・せんべい	306 kcal 17.7 g 11.3 g 1.8 g
				小松菜の味噌汁	みそ・煮干し		えのき・こまつな・にんじん			
				ゆかり和え			キャベツ・きゅうり・ゆかり	塩		
9	木	牛乳 せんべい	ごはん	煮込みうどん	鶏モモ肉・油揚げ こんぶ	うどん・油	ながねぎ・にんじん はくさい・しめじ	だし汁・酒・塩 みりん・しょうゆ	・牛乳 ・きな粉サンド (食パン・きな粉・砂糖 マーガリン(乳不使用))	505 kcal 20.6 g 19.2 g 2.1 g
				コーンサラダ		油	キャベツ・きゅうり・コーン	酢・塩・こしょう		
				バナナ			バナナ			
10	金	牛乳 せんべい	(乳・食パン 小麦含む)	肉団子スープ	豚ひき肉	片栗粉	たまねぎ・しょうが・にんじん はくさい・ながねぎ 干しいたけ・ほうれんそう	しょうゆ・塩	・牛乳 ・塩むすび (米・塩・焼きのり) ※未満児は焼きのりなし	400 kcal 18.6 g 16.0 g 1.9 g
				磯香和え	きざみのり	マヨネーズ(卵不使用)	キャベツ・えのき・コーン	しょうゆ		
				ヨーグルト	ブチダノン(みかん味)					
13	月	牛乳 せんべい	ごはん	さばのゴマだれ焼き	さば	砂糖・白すりごま		酒・しょうゆ みりん	・ヨーグルト和え (プレーンヨーグルト・砂糖 もも缶・バナナ)	335 kcal 18.3 g 13.1 g 1.8 g
				玉ねぎの味噌汁	みそ・煮干し	麩	たまねぎ・にんじん えのき			
				春雨の酢の物		はるさめ・砂糖・油	きゅうり・にんじん みかん缶	酢・塩		
14	火	牛乳 パン	ごはん	肉みそもやし	豚ひき肉・みそ	じゃがいも・砂糖・片栗粉 油・揚げ油	もやし・にんじん・たまねぎ キャベツ	しょうゆ	・牛乳 ・せんべい	325 kcal 15.0 g 14.8 g 1.8 g
				すまし汁(豆腐)	豆腐・こんぶ		はくさい・にんじん ながねぎ	塩・だし汁 薄口しょうゆ		
				清見オレンジ			清見オレンジ			
15	水	牛乳 せんべい	ごはん	厚揚げの中華炒め	豚肉・厚揚げ	油・片栗粉	たまねぎ・にんじん 生しいたけ・はくさい	酒・塩 オイスターソース	・牛乳 ・ドーナツ (ホットケーキミックス(卵・乳不使用) 砂糖・揚げ油・調整豆乳)	432 kcal 17.8 g 20.6 g 1.9 g
				えのきのスープ			えのき・にんじん・たまねぎ チンゲンサイ・コーン	薄口しょうゆ・塩 こしょう・酒 だし汁		
				バナナ			バナナ			

日曜日	午前おやつ (未満児)	主食	献立名	血や肉骨になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)	調味料他	午後おやつ	栄養価
誕生会									
16木	牛乳 せんべい		たけのごはん	鶏モモ肉・油揚げ	米・砂糖・油	たけのこ(水煮)・にんじん	薄口しょうゆ 酒・みりん	・牛乳 ・フレンズクレープ (アレルギー不使用)	528 kcal 18.4 g 13.4 g 2.0 g
			すまし汁(なると)	なると(卵不使用)・こんぶ		にんじん・こまつな	だし汁・塩 薄口しょうゆ		
			みかんサラダ		油	キャベツ・きゅうり みかん缶	酢・塩・こしょう		
			スティックゼリー		スティックゼリー ※一番小さいクラスなし				
17金	牛乳 せんべい	(乳・小麦含む) ミニコッペパン	マカロニのクリーム煮	鶏モモ肉・スキムミルク	マカロニ・油・バター 小麦粉	たまねぎ・にんじん はくさい・しめじ	塩・こしょう	・牛乳 ・わかめおにぎり (米・炊き込みわかめ)	506 kcal 20.6 g 18.8 g 1.3 g
			もやしのナムル	ツナ	砂糖・ごま油	きゅうり・もやし・にんじん	酢・しょうゆ		
			清見オレンジ			清見オレンジ			
20月	牛乳 せんべい	ごはん	カレーの西京焼き	アブラカレイ・米みそ	砂糖		酒・みりん	・牛乳 ・手作りジャム(いちご) (食パン・いちご グラニュー糖・レモン汁)	323 kcal 26.0 g 10.8 g 1.8 g
			じゃがいもの味噌汁	みそ・煮干し	じゃがいも	にんじん・たまねぎ			
			納豆和え	ひきわり納豆・かつお節	白ごま	ほうれんそう・もやし にんじん・えのき	しょうゆ		
21火	牛乳 せんべい	ごはん	とりすき	鶏モモ肉・豆腐	麩・油・砂糖・片栗粉	糸こんにゃく・ながねぎ はくさい・たまねぎ にんじん	しょうゆ	・麦茶 ・カボチャカップケーキ (かぼちゃペースト・砂糖 小麦粉・調整豆乳 ベーキングパウダー マーガリン(乳不使用))	434 kcal 22.2 g 15.6 g 2.2 g
			キャベツの味噌汁	みそ・煮干し	細切りみずず	キャベツ・たまねぎ にんじん			
			バナナ			バナナ			
22水	牛乳 パン	ごはん	チキンカレー	鶏モモ肉・スキムミルク	じゃがいも・小麦粉 バター・油	たまねぎ・にんじん にんにく しょうが・パセリ(乾燥)	カレー粉・塩 ケチャップ ソース	・ヨーグルト (ハケ岳ヨーグルト) ・せんべい	340 kcal 12.2 g 10.8 g 1.5 g
			春色サラダ	いちごジャムを使ったサラダです	油・いちごジャム	キャベツ・きゅうり コーン	酢・塩 こしょう		
			清見オレンジ			清見オレンジ			
23木	牛乳 せんべい	(乳・小麦含む) ミニロール	ナポリタン	豚ひき肉	スパゲッティ・油	たまねぎ・にんじん ピーマン・しめじ	ケチャップ ソース・塩	・牛乳 ・ふかしいも (さつまいも)	452 kcal 18.2 g 15.3 g 2.0 g
			コーンスープ			チンゲンサイ・たまねぎ にんじん・コーン クリームコーン(乳不使用)	だし汁・塩		
			チーズ	以上児:動物チーズ 未満児:1歳からチーズ					
24金	牛乳 一口焼きいも	(乳・小麦含む) ミニコッペパン	鶏肉のパン粉焼き	鶏モモ肉	マヨネーズ(卵不使用) パン粉(卵・乳不使用)	にんにく・パセリ(乾燥)		・牛乳 ・ゆかりおにぎり (米・ゆかり)	376 kcal 22.3 g 13.1 g 1.7 g
			ABCスープ		ABCパスタ	たまねぎ・はくさい にんじん	だし汁・塩・こしょう 薄口しょうゆ・酒		
			レモン和え		砂糖	キャベツ・きゅうり にんじん・レモン汁	しょうゆ		
27月	牛乳 せんべい	ごはん	かぼちゃと厚揚げの そぼろあんかけ	厚揚げ・鶏ひき肉	揚げ油・油・砂糖・片栗粉	かぼちゃ・たまねぎ にんじん	みりん・しょうゆ	・牛乳 ・さくさくクッキー (小麦粉・塩・砂糖 マーガリン(乳なし) ベーキングパウダー・水)	472 kcal 18.4 g 23.4 g 1.9 g
			はくさいの味噌汁	みそ・煮干し		はくさい・たまねぎ にんじん			
			バナナ			バナナ			
28火	牛乳 せんべい	ごはん	和風ハンバーグ	豚ひき肉・豆腐 干ひじき	パン粉(卵・乳なし) 油・砂糖・片栗粉	たまねぎ・にんじん	塩・こしょう・酒 しょうゆ・みりん	・牛乳 ・ココア蒸しパン (小麦粉・砂糖・調整豆乳 ベーキングパウダー 油・ココア)	402 kcal 19.1 g 18.9 g 1.8 g
			すまし汁 (チンゲンサイ)	こんぶ	麩	チンゲンサイ・えのき にんじん	薄口しょうゆ 塩・だし汁		
			パインサラダ		油	キャベツ・きゅうり パイン缶	酢・塩		
29水	昭和の日								
30木	牛乳 一口焼きいも	(乳・小麦含む) ミニロールパン	厚揚げの ミートグラタン	豚ひき肉・厚揚げ とけるチーズ	油	たまねぎ・にんじん しめじ	ケチャップ 塩・こしょう ソース	・牛乳 ・せんべい	422 kcal 22.5 g 24.0 g 1.9 g
			春キャベツスープ			春キャベツ・たまねぎ にんじん	だし汁 しょうゆ 塩		
			清見オレンジ			清見オレンジ			

今月の平均栄養量 … エネルギー411Kcal、たんぱく質19.2g、脂質16.5g、塩分1.9g
 保育園栄養給与目標量 … エネルギー422Kcal、たんぱく質19.5g、脂質16.2g、塩分1.5g (R7年度参考)

・ ___ 食物アレルギー原因食品

・ 栄養価は昼食とおやつを合わせた値です。主食のごはんとパンの分は除いています。