



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」を明治天皇に献納しました。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）
給食では、給食室の先生の「手作りいちごジャム」やいちごジャムを使ったサラダがです。

日		おやつ		主		献立名		血や肉骨になるもの (赤)		動かす力になるもの (黄)		体の調子を整えるもの (緑)		調味料他		午後おやつ		栄養価	
2 (水)																			
3 (木)																			
入園式																			
4 (金)		養蚕 せんべい				煮込みうどん		鶏もも肉・塩麴・こんぶ		うどん・油		ながねじ・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 ・せんべい		362 kcal 15.5 g 12.4 g 2.2 g	
						鶏骨和え (マヨ)		もみのり		マヨネーズ (対応用)		キャベツ・えのき・コーン		しょうゆ					
						いちご						いちご							
7 (月)		牛乳 せんべい		ごはん		ハンバーグ		豚ひき肉・豆腐・干しひじき		油・パン粉 (煮・蒸し)		たまねぎ		塩・こしょう ケチャップ・ソース		・牛乳		381 kcal 18.5 g 24.0 g 1.7 g	
						ABCスープ				ABCのスタ		たまねぎ・はくさい・にんじん		だし汁・塩・薄口しょうゆ こしょう・酒		・牛乳 ・糖のラスク (糖・砂糖・マーガリン (乳不使用))			
						パインサラダ				油		キャベツ・きゅうり・パイン		酢・塩					
8 (火)		牛乳 パン		ごはん		コーンカレー		豚肉・ススキムミル		じゃがいも・小麦粉・パネー 油		たまねぎ・にんじん・コーン パセリ・にんにく・しょうが		カレー粉・塩 ケチャップ・ソース		・牛乳		329 kcal 15.4 g 16.0 g 1.6 g	
						ゆかり和え						キャベツ・きゅうり・ゆかり		塩		・牛乳 ・せんべい			
						いちご						いちご							
9 (水)		牛乳 せんべい		ごはん		とりすき		鶏もも肉・豆腐		鶏・油・砂糖・片栗粉		鶏こんにゃく・ながねじ はくさい・たまねぎ・にんじん		しょうゆ		・牛乳		307 kcal 17.1 g 8.5 g 1.9 g	
						キャベツの味噌汁		みそ・煮干し				キャベツ・たまねぎ・にんじん				・牛乳 ・パンケーキ (小麦粉・砂糖・調整豆乳・ベーキングパウダー マーガリン (乳不使用))			
						清見オレンジ						清見オレンジ							
10 (木)		牛乳 せんべい		ロール パン		鶏の照り焼き		鶏もも肉		砂糖・片栗粉				しょうゆ・酒 みりん		・牛乳		396 kcal 26.3 g 12.8 g 1.9 g	
						五目ワンタンスープ		豚肉		油・ウェーブワンタン		にんじん・干しいたけ はくさい・ながねじ・もやし		しょうゆ・塩		・牛乳 ・塩むすび (米・塩・焼きのり)			
						おかか和え		かつお節				キャベツ・きゅうり		しょうゆ					
11 (金)		牛乳 せんべい		ミニ ロール		ナポリタン		豚ひき肉・カレー		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		436 kcal 15.7 g 11.8 g 1.6 g	
						コーンスープ						チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん パセリ (対応用)・コーン		だし汁・塩		・牛乳 ・ふかしも			
						デコボン						デコボン							
14 (月)		牛乳 せんべい		ごはん		八宝菜		豚肉・なると (対応用)		油・片栗粉		たまねぎ・にんじん チンゲンサイ・干しいたけ・はくさい		酒・塩 オイスターソース		・牛乳		398 kcal 16.9 g 17.7 g 2.1 g	
						すまし汁 (豆腐)		豆腐・こんぶ				はくさい・にんじん・ながねじ		塩・だし汁 薄口しょうゆ		・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)			
						清見オレンジ						清見オレンジ							
15 (火)		牛乳 バナナ		ごはん		マスの塩焼き		マス						塩麹		・牛乳		379 kcal 27.1 g 15.4 g 1.7 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				・チーズ蒸しパン (小麦粉・砂糖・調整豆乳・ベーキングパウダー 油・プロセスチーズ)			
						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					
16 (水)		牛乳 せんべい		ごはん		肉じゃが		豚肉・豆腐		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		406 kcal 21.5 g 14.7 g 2.0 g	
						えのきの味噌汁		みそ・煮干し				はくさい・えのき・にんじん ながねじ				・手作りいちごジャム (バナナ・いちご・グラニュー糖・レモン汁)			
						デコボン						デコボン							
誕生会																			
17 (木)		牛乳 せんべい				たけのごはん		鶏もも肉・豆腐		米・砂糖・油		たけのこ (水煮)・にんじん えだまめ		薄口しょうゆ 酒・みりん		・牛乳		540 kcal 19.4 g 14.1 g 2.1 g	
						すまし汁 (なると)		こんぶ・なると (対応用)				にんじん・こまつな		だし汁・塩 薄口しょうゆ		・牛乳 ・フレンズクレープ ※アレルギーなし			
						みかんサラダ		ハム (対応用)		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 ※0.1歳児なし				スティックゼリー				酢・しょうゆ					
18 (金)		牛乳 せんべい		ワイ スト パン		マカロニのクリーム煮		鶏もも肉・ススキムミル		マカロニ・油・パネー 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		353 kcal 13.7 g 16.1 g 1.7 g	
						ごま酢和え		ハム (対応用)		油・砂糖・白ごま		キャベツ・きゅうり・にんじん		酢・薄口しょうゆ		・牛乳 ・わかめおにぎり (米・炊き込みわかめ)			
						いちご						いちご							
21 (月)		牛乳 せんべい		ごはん		豚肉のマーマレード焼き		鶏もも肉		マーマレード・油				塩・こしょう しょうゆ		・ヨーグルト和え (プレーンヨーグルト・砂糖 もも・バナナ・みかん缶)		219 kcal 17.2 g 7.1 g 1.6 g	
						すまし汁		こんぶ		塩		ほうれんそう・にんじん		だし汁・塩 薄口しょうゆ					
						みそドレサラダ		みそ		砂糖・油		キャベツ・もやし・きゅうり にんじん		酢・しょうゆ					
22 (火)		牛乳 パン		ごはん		チキンカレー		鶏もも肉・ススキムミル		じゃがいも・小麦粉 パネー・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		・牛乳		383 kcal 15.8 g 16.1 g 1.7 g	
						野菜サラダ						キャベツ・きゅうり コーン・いちごジャム		酢・塩 こしょう		・牛乳 ・せんべい			
						デコボン						デコボン							
23 (水)		牛乳 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・ながねじ・しょうが 干しいたけ		塩・しょうゆ		・牛乳		460 kcal 21.0 g 22.0 g 2.5 g	
						味噌スープ				はるさめ		はくさい・にんじん・たまねぎ コーン・しめじ		だし汁・塩 こしょう・しょうゆ		・きな粉サンド (バナナ・きな粉・砂糖 マーガリン (乳不使用))			
						清見オレンジ						清見オレンジ							
24 (木)		牛乳 清見オレンジ		ミニ ロール		焼きそば		豚肉		焼きそばめん・油		キャベツ・たまねぎ・にんじん ピーマン・もやし		ソース・塩		・牛乳		340 kcal 17.3 g 14.0 g 2.7 g	
						わかめスープ		乾燥わかめ		白ごま		はくさい・にんじん・たまねぎ		塩・だし汁		・いちごゼリー (いちごゼリーの素・パイン缶) ※パイン缶以上児のみ			
						デザート		以上児 未満児 ※0.1歳児 1歳児デザート											
25 (金)		牛乳 せんべい		米粉 パン		ポテトのミートグラタン		豚ひき肉 とろけえソース		じゃがいも・マカロニ 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		431 kcal 17.8 g 17.0 g 1.8 g	
						鶏キャベツスープ		ベーコン (卵不使用)				鶏キャベツ・たまねぎ・にんじん		だし汁 しょうゆ		・牛乳 ・ゆかりおにぎり (米・ゆかり)			
						いちご						いちご							
28 (月)		牛乳 せんべい		ごはん		豚肉の味噌汁		豚肉・みそ		油・砂糖・片栗粉		しょうが・ピーマン・たまねぎ キャベツ・にんじん・もやし・しめじ		酒・みりん		・牛乳		387 kcal 19.6 g 14.6 g 1.7 g	
						すまし汁 (こねぎ)		こんぶ				こねぎ・はくさい・にんじん		だし汁・塩 薄口しょうゆ		・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)			
						デコボン						デコボン							
おやつ日																			
30 (水)		牛乳 一口焼きいも		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		・牛乳		191 kcal 12.9 g 9.4 g 1.6 g	
						すまし汁 (チンゲンサイ)		こんぶ				チンゲンサイ・えのき・にんじん		薄口しょうゆ・塩 だし汁		・牛乳 ・せんべい			
						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					

今月の平均栄養量・・・エネルギー372Kcal、たんぱく質18.3g、脂質14.3g、塩分1.9g
保育園栄養供給目標量・・・エネルギー411Kcal、たんぱく質19.5g、脂質16.2g、塩分1.5g (R6年度参考)

・アレルギー原因食品
・栄養価は献立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。
・都合により献立が変更となる場合があります