


# 5月 給食献立表（初期）

令和 6年

認定こども園まりん


日 曜	昼 食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 水	☆お楽しみ献立☆			
2 木	つぶし粥 人参つぶし ブロッコリーつぶし		・精白米	・にんじん・たまねぎ ・ブロッコリー
3 金	憲法記念日			
4 土	みどりの日			
6 月	振替休日			
7 火	つぶし粥 チンゲン菜つぶし たまねぎつぶし		・精白米	・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ
8 水	つぶし粥 人参つぶし ブロッコリーつぶし		・精白米	・ブロッコリー・にんじん
9 木	つぶし粥 なすつぶし キャベツつぶし		・精白米	・なす ・キャベツ
10 金	つぶし粥 じゃがいもつぶし ほうれん草つぶし		・精白米 ・じゃがいも	・たまねぎ・ほうれん草
11 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
13 月	つぶし粥 玉ねぎつぶし 人参のだし煮		・精白米	・にんじん ・たまねぎ
14 火	つぶし粥 人参つぶし じゃがいもつぶし		・精白米・じゃがいも	・たまねぎ ・にんじん
15 水	つぶし粥 小松菜つぶし 玉ねぎつぶし		・精白米	・たまねぎ ・こまつな
16 木	つぶし粥 ほうれん草つぶし 人参つぶし		・精白米	・たまねぎ ・ほうれん草 ・にんじん
17 金	つぶし粥 キャベツつぶし 小松菜つぶし		・精白米	・たまねぎ ・こまつな ・キャベツ
18 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
20 月	つぶし粥 人参つぶし 小松菜つぶし		・精白米	・にんじん ・こまつな
21 火	つぶし粥 チンゲン菜のつぶし いんげんつぶし		・精白米	・たまねぎ ・チンゲンサイ ・さやいんげん
22 水	つぶし粥 小松菜つぶし 玉ねぎつぶし		・精白米	・たまねぎ ・こまつな
23 木	つぶし粥 キャベツのつぶし ブロッコリーのつぶし		・精白米	・キャベツ・たまねぎ ・ブロッコリー
24 金	つぶし粥 人参つぶし 玉ねぎつぶし		・精白米	・たまねぎ・にんじん
25 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
27 月	つぶし粥 人参つぶし ほうれん草つぶし		・精白米	・にんじん ・ほうれん草
28 火	つぶし粥 玉ねぎつぶし キャベツつぶし		・精白米	・たまねぎ ・キャベツ
29 水	つぶし粥 人参つぶし ほうれん草つぶし		・精白米	・にんじん・たまねぎ ・ほうれん草
30 木	つぶし粥 小松菜つぶし 人参つぶし		・精白米	・たまねぎ ・こまつな ・にんじん
31 金	おかゆ チンゲン菜つぶし 人参つぶし		・精白米	・にんじん ・チンゲンサイ

\*先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き・ナポリタン・白菜スープ・バナナでした。  
 \*食物アレルギーを持った園児には、アレルギー対応献立に変更致します。  
 \*納品の都合により、献立変更することがあります。

# 5月 給食献立表（中期）

令和 6年

認定こども園まりん

日 曜	昼 食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 水	☆お楽しみ献立☆			
2 木	おかゆ 肉じゃが ブロッコリーのだし煮	・ぶた肉	・精白米	・にんじん・たまねぎ ・ブロッコリー
3 金	憲法記念日			
4 土	みどりの日			
6 月	振替休日			
7 火	おかゆ 豚肉のだし煮 たまねぎ煮	・ぶた肉	・精白米	・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ
8 水	おかゆ だし巻きたまご ブロッコリーのだし煮	・鶏卵	・精白米	・ブロッコリー・にんじん
9 木	おかゆ 鮭の照り煮 なすのだし煮 キャベツ煮	・さけ	・精白米	・なす ・キャベツ
10 金	おかゆ 豆腐のだし煮 じゃがいものだし煮 ほうれん草の煮物	・木綿豆腐	・精白米 ・じゃがいも	・たまねぎ・ほうれん草
11 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
13 月	おかゆ 鶏のだし煮 人参のだし煮	・鶏肉	・精白米	・にんじん
14 火	おかゆ スクランブルエッグ じゃがいもと人参の煮物	・鶏卵	・精白米・じゃがいも	・たまねぎ ・にんじん
15 水	おかゆ 豆腐のだし煮 小松菜の煮物 玉ねぎのだし煮	・木綿豆腐	・精白米	・にんじん ・こまつな ・たまねぎ
16 木	おかゆ 白身魚のだし煮 ほうれん草の煮物 ささみ入り人参のだし煮	・メルルーサ ・鶏肉	・精白米	・たまねぎ ・ほうれん草 ・にんじん
17 金	おかゆ 豆腐のだし煮 小松菜の煮物	・木綿豆腐	・精白米	・たまねぎ ・こまつな ・キャベツ
18 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
20 月	おかゆ 豚肉のだし煮 ひじきの炒め煮	・ぶた肉	・精白米	・にんじん ・乾ひじき ・こまつな
21 火	おかゆ 豚肉のあんかけ いんげんのツナ煮	・ぶた肉 ・まぐろ水煮	・精白米	・ほくさい・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ ・さやいんげん
22 水	おかゆ 豆腐のだし煮 小松菜の納豆和え 野菜のだし煮	・木綿豆腐	・精白米	・にんじん ・こまつな ・チンゲンサイ ・たまねぎ
23 木	おかゆ 野菜炒め煮 ブロッコリーのだし煮	・ぶた肉 ・鶏肉	・精白米	・にんじん・キャベツ・たまねぎ ・ほうれん草 ・ブロッコリー
24 金	おかゆ 鶏の照り煮 切干し大根煮	・鶏肉	・精白米	・たまねぎ・にんじん ・切干しだいこん
25 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します			
27 月	おかゆ 白身魚の煮付け ほうれん草と人参のだし煮	・たら	・精白米	・たまねぎ・にんじん ・ほうれん草
28 火	おかゆ スクランブルエッグ キャベツのだし煮	・鶏卵	・精白米	・たまねぎ ・にんじん ・キャベツ
29 水	おかゆ 豚肉のだし煮 ほうれん草の煮物	・ぶた肉	・精白米	・にんじん・たまねぎ ・ほうれん草
30 木	おかゆ 豆腐のだし煮 小松菜の煮物 人参の煮物	・木綿豆腐	・精白米	・たまねぎ ・こまつな ・にんじん
31 金	おかゆ 鶏のだし煮 チンゲン菜のお浸し 人参の煮物	・鶏肉	・精白米	・にんじん ・チンゲンサイ ・キャベツ

＊先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き・ナポリタン・白菜スープ・バナナでした。  
 ＊食物アレルギーを持った園児には、アレルギー対応献立に変更致します。  
 ＊納品の都合により、献立変更することがあります。

# 5月 給食献立表（後期）

令和 6年

認定こども園まりん


日 曜	屋 食	午前おやつ	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 水	☆お楽しみ献立☆	飲むヨーグルト	麦茶 せんべい			
2 木	軟飯 肉じゃが ワカメの味噌汁 フロッキーとチーズのサラダ ヨーグルト	せんべい	麦茶 原宿ドック	・ふた肉 ・チーズ ・ヨーグルト	・精白米・じゃがいも ・せんべい ・原宿ドック	・にんじん・たまねぎ・にんにく ・フロッキー
3 金	憲法記念日					
4 土	みどりの日					
6 月	振替休日					
7 火	軟飯 ビビンバ 肉団子あんかけ 中華スープ パイナップル	せんべい	麦茶 りんごタルト	・ふた肉・脱脂粉乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・いりごま・はるさめ ・せんべい ・なたね油	・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ・パイナップル
8 水	軟飯 だし巻きたまご フロッキーサラダ 具たくさん味噌汁 パナナ	野菜ジュース	麦茶 ビスケット	・削り節・鶏卵 ・淡色辛みそ	・精白米・ごま・砂糖 ・和風ドレッシングタイプ ・ビスケット	・あおのり・フロッキー・にんじん ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・キャベツ・バナナ ・にんじんジュース
9 木	軟飯 鮭の照り煮 なすの味噌炒め フレンチサラダ 麩のすまし汁 りんごジュース	飲むヨーグルト	麦茶 いちごケーキ	・さけ ・淡色辛みそ ・ドリンクヨーグルト	・精白米・片栗粉・なたね油 ・砂糖・フレンチドレッシング ・板油・ホットケーキミックス ・有塩バター	・なす・青ピーマン・キャベツ ・きゅうり・にんじん・コーン ・みつば・たまねぎ ・りんごジュース・いちごジャム
10 金	食パン てりやきハンバーグ こぶきいも ほうれん草サラダ キャベツスープ ゼリー	せんべい	麦茶 鮭わかめ軟飯	・ふた肉・木綿豆腐 ・脱脂粉乳・鶏卵 ・さけ	・食パン・パン粉・砂糖 ・片栗粉・じゃがいも ・和風ドレッシングタイプ ・ゼリー ・せんべい・精白米	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ ・ふなしめじ・わかめ
11 土	保育希望者はお弁当持参でお願い致します					
13 月	軟飯 鶏のみそ煮 ごもくきんぴら煮 豆腐のすまし汁 チーズ パナナ	せんべい	麦茶 ビスケット	・鶏肉 ・淡色辛みそ ・木綿豆腐 ・チーズ	・精白米・なたね油 ・砂糖 ・せんべい ・ビスケット	・長ねぎ・ごぼう・にんじん ・さやえんどう・わかめ・バナナ
14 火	軟飯 豚肉ときのこの卵とじ 玉ねぎとわかめの味噌汁 ポテトサラダ バナナ	ビスケット	麦茶 蒸しパン	・ふた肉・鶏卵 ・淡色辛みそ	・砂糖・精白米・じゃがいも ・ビスケット ・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・ふなしめじ・えのきたけ ・カットわかめ・にんじん・きゅうり ・コーン・バナナ
15 水	わかめ軟飯 豆腐のすき焼風煮 春雨サラダ 切り干し大根の味噌汁 れんごんの炒め煮 オレンジ	飲むヨーグルト	麦茶 肉まん	・木綿豆腐・ふた肉 ・淡色辛みそ ・ドリンクヨーグルト	・精白米・砂糖・はるさめ ・和風ドレッシングタイプ ・強力粉・薄力粉・なたね油 ・ごま油・片栗粉	・わかめ・にんじん・長ねぎ ・生しいたけ・こまつな ・りょくとうもやし・ほうれんそう ・切干しいたげ・れんごん ・たまねぎ・オレンジ
16 木	軟飯 白身魚のピザ風焼き ほうれん草のソテー キャベツのスープ ささみ入り人参サラダ ゼリー	りんごジュース	麦茶 せんべい	・メルルーサ ・チーズ ・鶏肉	・精白米・有塩バター ・せんべい ・和風ドレッシングタイプ	・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ・にんじん ・だいごもやし・きゅうり ・りんごジュース
17 金	軟飯 ミートグラタン 小松菜ソテー キャベツ人参スープ パイナップル	せんべい	麦茶 スコーン	・木綿豆腐・ふた肉 ・チーズ ・鶏卵	・精白米・なたね油 ・有塩バター ・せんべい ・ホットケーキミックス・砂糖 ・マーガリン	・にんにく・たまねぎ ・マッシュルーム水煮 ・トマトケチャップ・こまつな ・にんじん・キャベツ・にんじん ・さやいんげん・パイナップル
18 土	保育希望者はお弁当持参でお願い致します					
20 月	軟飯 豚肉の生姜焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁 バナナ	ぶどうジュース	麦茶 クレープ	・ふた肉 ・木綿豆腐・鶏卵	・精白米・砂糖・なたね油 ・片栗粉・クレープ	・しょうが・キャベツ・たまねぎ ・にんじん・乾ひじき・グリーンピース ・こまつな・バナナ・ぶどうジュース
21 火	軟飯 中華あんかけ もやしの中華スープ いんげんのツナサラダ パイナップル	せんべい	麦茶 食パン	・ふた肉 ・まぐろ水煮	・精白米・砂糖 ・片栗粉 ・せんべい・食パン ・マーガリン	・はくさい・にんじん・たまねぎ ・りょくとうもやし・チンゲンサイ ・さやいんげん・コーン ・パイナップル
22 水	わかめ軟飯 千草卵焼き 小松菜の納豆和え 野菜炒め 大根の味噌汁 ゼリー	ビスケット	麦茶 焼きプリンタルト	・鶏卵・脱脂粉乳 ・ふた肉・納豆 ・削り節 ・木綿豆腐 ・淡色辛みそ	・精白米・なたね油・砂糖 ・片栗粉・ゼリー ・タルト	・乾しいたけ・にんじん・長ねぎ ・ほうれんそう・こまつな ・チンゲンサイ・たまねぎ・だいごん
23 木	軟飯 野菜炒め煮 中華スープ フロッキーサラダ オレンジ	野菜ジュース	麦茶 青のりおじや	・ふた肉 ・鶏肉	・中華めん・なたね油・片栗粉 ・和風ドレッシングタイプ ・砂糖・精白米	・にんじん・キャベツ・たまねぎ ・りょくとうもやし・ほうれんそう ・コーン・フロッキー ・きゅうり・オレンジ ・にんじんジュース・あおのり
24 金	軟飯 鶏の照り煮 ごぼうの炒め煮 3色コンソメスープ きりぼし大根のサラダ りんごジュース	せんべい	麦茶 牛乳寒天	・鶏肉 ・フレンチヨーグルト ・ペーコン ・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・砂糖・なたね油 ・せんべい	・たまねぎ・ごぼう・にんじん ・コーン・切干しいたげ ・きゅうり・りょくとうもやし ・カットわかめ・りんごジュース ・みかん缶詰
25 土	保育希望者はお弁当持参でお願い致します					
27 月	軟飯 白身魚の煮付け マカロニサラダ ほうれん草と人参スープ パイナップル	ビスケット	麦茶 原宿ドック	・さわら・まぐろ水煮	・精白米・マヨネーズ ・マカロニ・スパゲティ ・和風ドレッシングタイプ ・ビスケット ・ワッフル・砂糖	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン・ほうれんそう ・パイナップル
28 火	食パン 青菜のキッシュ フレンチサラダ クリームスープ チーズ ゼリー	野菜ジュース	麦茶 鮭おじや	・ロースハム・鶏卵 ・さけ ・チーズ ・鶏肉・脱脂粉乳	・食パン・なたね油 ・フレンチドレッシング ・じゃがいも・ゼリー ・精白米	・ほうれんそう・たまねぎ ・トマトケチャップ ・キャベツ・きゅうり・にんじん ・コーン ・フロッキー
29 水	軟飯 しゅうまい 中華スープ オレンジ	ぶどうジュース	麦茶 ホットケーキ	・鶏卵 ・ふた肉 ・きな粉 ・ヨーグルト	・精白米・なたね油・片栗粉 ・ごま油・しゅうまいの皮 ・ホットケーキミックス・砂糖	・にんじん・長ねぎ・たまねぎ ・乾しいたけ・しょうが ・ほうれんそう・コーン ・オレンジ・ぶどうジュース
30 木	軟飯 ミートボールの甘酢あんかけ 小松菜とたまねぎの味噌汁 パナナ れんごんの炒め煮 もやしサラダ	せんべい	麦茶 メロンパンクッキー	・ふた肉・脱脂粉乳 ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・かにかまぼこ ・鶏卵	・精白米・パン粉・なたね油 ・砂糖・片栗粉 ・和風ドレッシングタイプ ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖	・たまねぎ・青ピーマン ・たけのこ水煮・乾しいたけ ・こまつな・れんごん ・りょくとうもやし・きゅうり ・バナナ
31 金	ごはん 鶏の照り煮 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のお浸し 豆腐と切干大根の味噌汁 りんごジュース	ビスケット	麦茶 豆乳プリン	・鶏肉・凍り豆腐 ・削り節・木綿豆腐 ・淡色辛みそ ・豆乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・ビスケット ・グラニュー糖	・にんじん・乾しいたけ ・チンゲンサイ・キャベツ ・りんごジュース

\*先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き・ナポリタン・白菜スープ・バナナでした。  
 \*食物アレルギーを持った園児には、アレルギー対応献立に変更致します。  
 \*納品の都合により、献立変更することがあります。

# 5月 給食献立表 (完了期)

令和 6年

認定こども園まりん

日 曜	屋 食	午前おやつ	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：腸子をととのえる	エネルギー たんぱく質	脂 肪	塩 分
1 水	☆お楽しみ献立☆	飲むヨーグルト	牛乳 せんべい						
2 木	ごはん ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ ヨーグルト	せんべい	牛乳 原宿ドック	・ふた肉 ・脱脂粉乳 ・チーズ ・ヨーグルト・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ・せんべい ・原宿ドック	・にんじん・たまねぎ・にんにく ・ブロッコリー	473kcal 21.0g	12.4g 1.0g	
3 金	憲法記念日								
4 土	みどりの日								
6 月	振替休日								
7 火	ピピン丼 肉団子あんかけ 中華スープ パイナップル	せんべい	麦茶 りんごタルト	・ふた肉 ・淡色すみそ・普通牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・いりごま・ほろさめ ・せんべい ・なたね油	・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ・パイナップル	473kcal 16.1g	13.9g 1.1g	
8 水	ぶりかけごはん だし巻きたまご ブロッコリーサラダ 具だくさん味噌汁 パナナ	野菜ジュース	牛乳 麩のラスク	・削り節・鶏卵・生揚げ ・淡色すみそ・普通牛乳	・精白米・ごま・砂糖 ・和風ドレッシングタイプ ・板油・有塩バター ・グラニュー糖	・あおりのり・ブロッコリー・にんじん ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・キャベツ・パナナ ・にんじんジュース	451kcal 18.7g	13.1g 1.1g	
9 木	ごはん 鮭の照り煮 なすの味噌炒め フレンチサラダ 麩のすまし汁 りんごジュース	飲むヨーグルト	牛乳 いちごケーキ	・さけ・淡色すみそ ・油揚げ ・ドリンクヨーグルト ・普通牛乳	・精白米・片栗粉・なたね油 ・砂糖・フレンチドレッシング ・板油・ホットケーキミックス ・有塩バター	・なす・青ピーマン・キャベツ ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・りんごジュース・いちごジャム	461kcal 17.7g	8.4g 1.2g	
10 金	ロールパン てりやきハンバーグ こぶきいも ほうれん草サラダ キャベツスープ ゼリー	せんべい	牛乳 鮭わかめおにぎり	・ふた肉・木綿豆腐 ・脱脂粉乳・鶏卵 ・普通牛乳 ・さけ	・ロールパン・パン粉・砂糖 ・片栗粉・じゃがいも ・和風ドレッシングタイプ ・ゼリー ・せんべい・精白米	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ ・ふんしめじ・わかめ	471kcal 21.4g	14.7g 1.2g	
11 土	給食室管理の為保育希望者はお弁当持参でお願い致します								
13 月	ごはん 鶏のごまみそ焼き ごもくきんぴら 豆腐のすまし汁 チーズ パナナ	せんべい	麦茶 ビスケット	・鶏肉 ・淡色すみそ・焼き竹輪 ・木綿豆腐 ・チーズ ・脱脂粉乳	・精白米・いりごま・なたね油 ・砂糖・ごま油 ・せんべい ・ビスケット	・長ねぎ・ごぼう・にんじん ・さやえんどう・わかめ・わかめ・パナナ	442kcal 19.8g	9.7g 1.6g	
14 火	豚肉ときこの卵としじ 玉ねぎとわかめの味噌汁 ポテトサラダ パナナ	ビスケット	牛乳 あずき蒸しパン	・ふた肉・鶏卵 ・油揚げ・淡色すみそ ・ローズハム ・小豆 ・普通牛乳	・砂糖・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ ・ビスケット・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・ふんしめじ・えのきたけ ・カットわかめ・にんじん・きゅうり ・コーン・パナナ	484kcal 19.8g	13.5g 1.6g	
15 水	わかめごはん 豆腐のすき焼風煮 春雨サラダ 切り干し大根の味噌汁 れんこんのカレー炒め オレンジ	飲むヨーグルト	麦茶 肉まん	・木綿豆腐・ふた肉 ・淡色すみそ・ベーコン ・ドリンクヨーグルト	・精白米・砂糖・ほろさめ ・和風ドレッシングタイプ ・強力粉・薄力粉・なたね油 ・ごま油・片栗粉	・わかめ・にんじん・長ねぎ ・生しいたけ・ごまつな ・りょくとうもやし・ほうれんそう ・切り干しだいこん・れんこん ・たまねぎ・オレンジ	489kcal 19.7g	9.1g 1.3g	
16 木	ごはん ミートグラタン 小松菜ソテー キャベツ人参スープ パイナップル	せんべい	牛乳 スコーン	・木綿豆腐・ふた肉 ・チーズ ・ウインナーソーセージ ・普通牛乳・脱脂粉乳 ・鶏卵	・精白米・なたね油 ・有塩バター ・せんべい ・ホットケーキミックス・砂糖 ・マーガリン	・にんにく・たまねぎ ・マジックルム水煎じ ・トマトケチャップ・ごまつな ・にんじん・キャベツ・にんじん ・さやいんげん・パイナップル	424kcal 15.9g	13.8g 0.6g	
17 金	ごはん 白身魚のピザ焼 ほうれん草のソテー キャベツのスープ ささみ入り人参サラダ ゼリー	りんごジュース	牛乳 せんべい	・スルメ・ソー・ローズハム ・チーズ ・ウインナーソーセージ ・鶏肉・普通牛乳	・精白米・有塩バター ・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・オレンジゼリー ・せんべい・砂糖	・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ・にんじん ・だいずもやし・きゅうり ・りんごジュース	460kcal 21.8g	13.5g 1.4g	
18 土	給食室管理の為保育希望者はお弁当持参でお願い致します								
20 月	ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁 パナナ	ぶどうジュース	麦茶 クレープ	・ふた肉・油揚げ ・木綿豆腐・鶏卵 ・脱脂粉乳	・精白米・砂糖・なたね油 ・片栗粉・クレープ	・しょうが・キャベツ・たまねぎ ・にんじん・乾ひじき・グリーンピース ・ごまつな・パナナ・ぶどうジュース	453kcal 19.3g	13.4g 0.7g	
21 火	中華丼 もやしの中華スープ いんげんのツナサラダ パイナップル	せんべい	牛乳 ごまパン	・しばえび・ふた肉 ・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・片栗粉・マヨネーズ ・せんべい・食パン ・マーガリン ・グラニュー糖・いりごま	・ほくさい・にんじん・たまねぎ ・りょくとうもやし・チンゲンサイ ・さやいんげん・コーン ・パイナップル	491kcal 19.1g	15.1g 1.1g	
22 水	わかめごはん 千草卵焼き 小松菜の納豆和え 野菜炒め 大根の味噌汁 ゼリー	ビスケット	牛乳 焼きプリンタルト	・鶏卵・脱脂粉乳 ・ふた肉・納豆 ・削り節 ・ウインナーソーセージ ・木綿豆腐・淡色すみそ	・精白米・なたね油・砂糖 ・片栗粉・ゼリー ・パイ・夜・グラニュー糖 ・タルト	・乾しいたけ・にんじん・長ねぎ ・ほうれんそう・ごまつな ・チンゲンサイ・たまねぎ・だいこん	459kcal 18.4g	14.6g 1.0g	
23 木	焼きそば 中華スープ ブロッコリーサラダ オレンジ	野菜ジュース	牛乳 青のりおにぎり	・ふた肉 ・鶏肉 ・普通牛乳	・中華めん・なたね油・片栗粉 ・和風ドレッシングタイプ ・砂糖・精白米・ごま油	・にんじん・キャベツ・たまねぎ ・りょくとうもやし・ほうれんそう ・コーン・ブロッコリー ・きゅうり・オレンジ ・にんじんジュース・あおりのり	477kcal 19.1g	12.6g 1.1g	
24 金	ごはん タンドリーチキン ごぼうとベーコンソテー 3色コンソメスープ きりぼし大根のサラダ りんごジュース	せんべい	麦茶 牛乳寒天	・鶏肉 ・フレンヨーグルト ・ベーコン ・まぐろ水煮 ・脱脂粉乳・ゼラチン	・精白米・砂糖・なたね油 ・せんべい	・たまねぎ・ごぼう・にんじん ・コーン・切り干しだいこん ・きゅうり・りょくとうもやし ・カットわかめ・りんごジュース ・みかん缶詰	432kcal 16.5g	10.2g 1.0g	
25 土	給食室管理の為保育希望者はお弁当持参でお願い致します								
27 月	ごはん 鰯のカレーマヨ焼き マカロニサラダ ほうれん草と人参スープ パイナップル	ビスケット	牛乳 原宿ドック	・さわか・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・マヨネーズ ・マカロニ・スパゲティ ・和風ドレッシングタイプ ・ビスケット ・ワッフル・砂糖	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン・ほうれんそう ・パイナップル	487kcal 25.1g	14.1g 1.4g	
28 火	ミルクパン 青菜のキッシュ フレンチサラダ クリームスープ チーズ ゼリー	野菜ジュース	牛乳 枝豆おにぎり	・ローズハム・鶏卵 ・普通牛乳 ・チーズ ・鶏肉・脱脂粉乳 ・さけ	・コッペパン・なたね油 ・フレンチドレッシング ・じゃがいも・ゼリー ・精白米	・ほうれんそう・たまねぎ ・トマトケチャップ ・キャベツ・きゅうり・にんじん ・コーン ・ブロッコリー	462kcal 20.0g	15.4g 1.5g	
29 水	チャーハン しゅうまい 中華スープ オレンジ	ぶどうジュース	牛乳 ホットケーキ	・ローズハム・なるこ ・鶏卵・ふた肉 ・普通牛乳 ・きな粉 ・ヨーグルト	・精白米・なたね油・片栗粉 ・ごま油・しゅうまいの皮 ・ホットケーキミックス・砂糖	・にんじん・長ねぎ・たまねぎ ・乾しいたけ・しょうが ・ほうれんそう・コーン ・オレンジ・ぶどうジュース	538kcal 22.0g	16.6g 1.4g	
30 木	ごはん ミートボールの甘酢あんかけ 小松菜とたまねぎの味噌汁 パナナ れんこんのきんぴら もやしサラダ	せんべい	牛乳 メロンパンクッキー	・ふた肉・脱脂粉乳 ・木綿豆腐・淡色すみそ ・かにかまぼこ ・普通牛乳・鶏卵	・精白米・パン粉・なたね油 ・砂糖・片栗粉・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖	・たまねぎ・青ピーマン ・たけのこ水煮・乾しいたけ ・ごまつな・れんこん ・りょくとうもやし・きゅうり ・パナナ	490kcal 17.8g	15.1g 1.6g	
31 金	ごはん 鶏の照り煮 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のお浸し 豆腐と切り干大根の味噌汁 りんごジュース	ビスケット	麦茶 豆乳プリン	・鶏肉・凍り豆腐 ・削り節・木綿豆腐 ・淡色すみそ・脱脂粉乳 ・豆乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・いりごま・ビスケット ・グラニュー糖	・にんじん・乾しいたけ ・チンゲンサイ・キャベツ ・りんごジュース	473kcal 19.8g	16.6g 1.3g	

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	塩 分
基準栄養量	460kcal	20.0g	12.8g	1.3g
今月の平均栄養量	469kcal	19.6g	13.1g	1.2g

※先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き  
ナポリタン・白菜スープ・パナナでした。  
※食物アレルギーを持った園児には、アレルギー  
対応献立に変更致します。  
※納品の都合により、献立変更することがあります。

# 5月 給食献立表 (未満児)

令和 6年

認定こども園まりん

日 曜	屋 食	午前おやつ	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	エネルギーたんぱく質	脂 肪	塩 分		
1 水	☆お楽しみ献立☆	飲むヨーグルト	牛乳 ボンデケージョ								
2 木	ごはん ポークカレー フロッキーとチーズのサラダ ヨーグルト	Caせんべい	牛乳 原宿ドック	・ぶた肉 ・脱脂粉乳 ・チーズ ・ヨーグルト・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ・かわらせんべい ・原宿ドック	・にんじん・たまねぎ・にんにく ・フロッキー	473kcal 21.0g	12.4g 1.0g			
3 金	憲法記念日										
4 土	みどりの日										
6 月	振替休日										
7 火	ビビンバ丼 肉団子あんかけ 中華スープ パイナップル	クラッカー	麦茶 野菜チップス	・ぶた肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・いりごま・はるさめ ・スナッククラッカー ・じゃがいも・なたね油	・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ・パンアップル ・れんこん	473kcal 16.1g	13.9g 1.1g			
8 水	ぶりかけごはん だし巻きたまご フロッキーサラダ 具だくさん味噌汁 パナナ	野菜ジュース	牛乳 麩のラスク	・削り節・鶏卵・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・ごま・砂糖 ・和風ドレッシングタイプ ・板心・有塩バター ・グラニュー糖	・あおりのり・フロッキー・にんじん ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・キャベツ・パナナ ・にんじんジュース	451kcal 18.7g	13.1g 1.1g			
9 木	ごはん 鮭の竜田揚げ なすの味噌炒め フレンチサラダ 麩のすまし汁 りんごジュース	飲むヨーグルト	牛乳 いちごケーキ	・さけ・淡色辛みそ ・油揚げ ・ドリンクヨーグルト ・普通牛乳	・精白米・片栗粉・なたね油 ・砂糖・フレンチドレッシング ・板心・ホットケーキミックス ・有塩バター	・なす・青ピーマン・キャベツ ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・キャベツ・パナナ ・りんごジュース・いちごジャム	461kcal 17.7g	8.4g 1.2g			
10 金	ロールパン てりやきハンバーグ こぶきいも ほうれん草サラダ キャベツスープ ゼリー	塩せんべい	牛乳 鮭わかめおにぎり	・ぶた肉・木綿豆腐 ・脱脂粉乳・鶏卵 ・普通牛乳 ・さけ	・ロールパン・パン粉・砂糖 ・片栗粉・じゃがいも ・和風ドレッシングタイプ ・ゼリー ・せんべい・精白米	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ ・ふなしめじ・わかめ	471kcal 21.4g	14.7g 1.2g			
11 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します										
13 月	ごはん 鶏のごまみそ焼き ごもくきんぴら 豆腐のすまし汁 チーズ パナナ	甘辛せんべい	麦茶 ビスケット	・鶏肉 ・淡色辛みそ・焼き竹輪 ・木綿豆腐 ・チーズ ・脱脂粉乳	・精白米・いりごま・なたね油 ・砂糖・ごま油 ・せんべい ・ビスケット	・長ねぎ・ごぼう・にんじん ・さやえんどう・わかめ・パナナ	442kcal 19.8g	9.7g 1.6g			
14 火	豚肉ときこの卵とじ丼 玉ねぎとわかめの味噌汁 ポテトサラダ パナナ	ビスケット	牛乳 あずき蒸しパン	・ぶた肉・鶏卵 ・油揚げ・淡色辛みそ ・ローズハム ・小豆 ・普通牛乳	・砂糖・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ ・ビスケット・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・ふなしめじ・えのきたけ ・カットわかめ・にんじん・きゅうり ・コーン・パナナ	484kcal 19.8g	13.5g 1.6g			
15 水	わかめごはん 豆腐のすき焼魚煮 春雨サラダ 切り干し大根の味噌汁 れんこんのカレー炒め オレンジ	飲むヨーグルト	麦茶 肉まん	・木綿豆腐・ぶた肉 ・淡色辛みそ・ペーコン ・ドリンクヨーグルト	・精白米・砂糖・はるさめ ・和風ドレッシングタイプ ・強力粉・薄力粉・なたね油 ・ごま油・片栗粉	・わかめ・にんじん・長ねぎ ・生しいたけ・こまつな ・りょくどうもやし・ほうれんそう ・切り干しだいこん・れんこん ・たまねぎ・オレンジ	489kcal 19.7g	9.1g 1.3g			
16 木	ごはん ミートグラタン 小松菜ソテー キャベツ人参スープ パイナップル	クラッカー	牛乳 スコーン	・木綿豆腐・ぶた肉 ・チーズ ・ウイナーソーセージ ・普通牛乳・脱脂粉乳 ・鶏卵	・精白米・なたね油 ・有塩バター ・スナッククラッカー ・ホットケーキミックス・砂糖 ・マーガリン	・にんにく・たまねぎ ・マッシュルーム水煮 ・トマトケチャップ・こまつな ・にんじん・キャベツ・にんじん ・さやいんげん・パンアップル	424kcal 15.5g	13.8g 0.6g			
17 金	ごはん 白身魚のピザ風焼き ほうれん草のソテー キャベツのスープ ささみ入り人参サラダ ゼリー	りんごジュース	牛乳 塩せんべい	・メルルーサー・ローズハム ・チーズ ・ウイナーソーセージ ・鶏肉・普通牛乳	・精白米・有塩バター ・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・オレンジゼリー ・しょうゆせんべい・砂糖	・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ・にんじん ・だいずもやし・きゅうり ・りんごジュース	460kcal 21.8g	13.5g 1.4g			
18 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します										
20 月	ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁 パナナ	ぶどうジュース	麦茶 クレープ	・ぶた肉・油揚げ ・木綿豆腐・鶏卵 ・脱脂粉乳	・精白米・砂糖・なたね油 ・片栗粉・クレープ	・しょうが・キャベツ・たまねぎ ・にんじん・乾ひじき・グリンピース ・こまつな・パナナ・ぶどうジュース	453kcal 19.3g	13.4g 0.7g			
21 火	中華丼 もやし中華スープ いんげんのツナサラダ パイナップル	塩せんべい	牛乳 ごまトースト	・しばさび・ぶた肉 ・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・片栗粉・マヨネーズ ・せんべい・食パン ・マーガリン ・グラニュー糖・いりごま	・ほくさい・にんじん・たまねぎ ・りょくどうもやし・チンゲンサイ ・さやいんげん・コーン ・パンアップル	491kcal 19.1g	15.1g 1.1g			
22 水	わかめごはん 千草卵焼き 小松菜の納豆和え 野菜炒め 大根の味噌汁 ゼリー	源氏パイ	牛乳 焼きプリンタルト	・鶏卵・脱脂粉乳 ・ぶた肉・納豆 ・削り節 ・ウイナーソーセージ ・木綿豆腐・淡色辛みそ	・精白米・なたね油・砂糖 ・片栗粉・ゼリー ・パイ皮・グラニュー糖 ・タルト	・乾しいたけ・にんじん・長ねぎ ・ほうれんそう・こまつな ・チンゲンサイ・たまねぎ・だいこん	459kcal 18.4g	14.6g 1.0g			
23 木	焼きそば チキンナゲット 中華スープ フロッキーサラダ オレンジ	野菜ジュース	牛乳 青のりおにぎり	・ぶた肉 ・鶏肉 ・普通牛乳	・中華めん・なたね油・片栗粉 ・和風ドレッシングタイプ ・砂糖・精白米・ごま油	・にんじん・キャベツ・たまねぎ ・りょくどうもやし・ほうれんそう ・コーン・フロッキー ・きゅうり・オレンジ ・にんじんジュース・あおりのり	477kcal 19.1g	12.6g 1.1g			
24 金	ごはん タンドリーチキン ごぼうとベーコンソテー 3色コンソメスープ きりぼし大根のサラダ りんごジュース	Caせんべい	麦茶 牛乳寒天	・鶏肉 ・フレンヨーグルト ・ペーコン ・まぐろ水煮 ・脱脂粉乳・普通牛乳	・精白米・砂糖・なたね油 ・せんべい	・たまねぎ・ごぼう・にんじん ・コーン・切り干しだいこん ・きゅうり・りょくどうもやし ・カットわかめ・りんごジュース ・みかん缶詰	432kcal 16.5g	10.2g 1.0g			
25 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します										
27 月	ごはん 鰯のカレーマヨ焼き マカロニサラダ ほうれん草と人参スープ パイナップル	ビスケット	牛乳 ベアクリームワッフル	・さわら・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・マヨネーズ ・マカロニ・スバゲティ ・和風ドレッシングタイプ ・ビスケット ・ワッフル・砂糖	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン・ほうれんそう ・パンアップル	487kcal 25.1g	14.1g 1.4g			
28 火	ミルクパン 青菜のキッシュ フレンチサラダ クリームスープ チーズ ゼリー	野菜ジュース	牛乳 枝豆おにぎり	・ローズハム・鶏卵 ・普通牛乳 ・チーズ・えだまめ ・鶏肉・脱脂粉乳 ・さけ	・コッパパン・なたね油 ・フレンチドレッシング ・じゃがいも・ゼリー ・精白米	・ほうれんそう・たまねぎ ・トマトケチャップ ・キャベツ・きゅうり・にんじん ・コーン ・フロッキー	462kcal 20.0g	15.4g 1.5g			
29 水	チャーハン しゅうまい 中華スープ オレンジ	ぶどうジュース	牛乳 ドーナツ	・ローズハム・なると ・鶏卵・ぶた肉 ・普通牛乳 ・きな粉 ・ヨーグルト	・精白米・なたね油・片栗粉 ・ごま油・しゅうまいの皮 ・ホットケーキミックス・砂糖	・にんじん・長ねぎ・たまねぎ ・乾しいたけ・しょうが ・ほうれんそう・コーン ・オレンジ・ぶどうジュース	538kcal 22.0g	16.6g 1.4g			
30 木	ごはん ミートボールの甘酢あんかけ 小松菜とたまねぎの味噌汁 パナナ れんこんのきんぴら もやしサラダ	塩せんべい	牛乳 メロンパンクッキー	・ぶた肉・脱脂粉乳 ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・かにかまぼこ ・普通牛乳・鶏卵	・精白米・パン粉・なたね油 ・砂糖・片栗粉・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖	・たまねぎ・青ピーマン ・たけのこ水煮・乾しいたけ ・こまつな・れんこん ・りょくどうもやし・きゅうり ・パナナ	490kcal 17.8g	15.1g 1.6g			
31 金	ごはん 塩唐揚げ 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のお浸し 豆腐と切り干し大根の味噌汁 りんごジュース	ビスケット	麦茶 豆乳プリン	・鶏肉・凍り豆腐 ・削り節・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・脱脂粉乳 ・豆乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・いりごま・ビスケット ・グラニュー糖	・にんじん・乾しいたけ ・チンゲンサイ・キャベツ ・りんごジュース	473kcal 19.8g	16.6g 1.3g			

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	塩 分
基準栄養量	460kcal	20.0g	12.8g	1.3g
今月の平均栄養量	469kcal	19.6g	13.1g	1.2g

※先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き  
ナポリタン・白菜スープ・パナナでした。  
※食物アレルギーを持った園児には、アレルギー  
対応献立に変更致します。  
※納品の都合により、献立変更することがあります。



# 5月 給食献立表 (以上児)

令和 6年

認定こども園まりん

日 曜	食 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をとのえる	エネルギーたんぱく質	脂 肪	塩 分
1 水	☆お楽しみ献立☆	牛乳 ボンデケーキ						
2 木	ごはん ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ ヨーグルト	牛乳 原宿ドック	・ふた肉 ・脱脂粉乳 ・チーズ ・ヨーグルト・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ ・原宿ドック	・にんじん・たまねぎ・にんにく ・ブロッコリー	553kcal 25.6g	15.4g 1.3g	
3 金	憲法記念日							
4 土	みどりの日							
6 月	振替休日							
7 火	ビビンバ丼 肉団子あんかけ 中華スープ パイナップル	ミルクココア 野菜チップス	・ふた肉・脱脂粉乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・いりごま・はるさめ ・なたね油 ・じゃがいも	・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ ・チンゲンサイ・パインアップル ・れんこん	573kcal 31.9g	17.1g 1.9g	
8 水	ふりかけごはん だし巻きたまご ブロッコリーサラダ 具だくさん味噌汁 パナナ	牛乳 麩のラスク 小魚	・削り節・鶏卵・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・煮干し	・精白米・ごま・砂糖 ・和風ドレッシングタイプ ・板ふ・有塩バター ・グラニュー糖	・あおのり・ブロッコリー・にんじん ・きゅうり・えのきたけ・たまねぎ ・キャベツ・バナナ	531kcal 19.1g	14.6g 1.2g	
9 木	ごはん 鮭の竜田揚げ なすの味噌炒め フレンチサラダ 麩のすまし汁 りんごジュース	牛乳 いちごケーキ	・さけ・淡色辛みそ ・油揚げ ・普通牛乳	・精白米・片栗粉・なたね油 ・砂糖・フレンチドレッシング ・板ふ・ホットケーキミックス ・有塩バター	・なす・青ピーマン・キャベツ ・生しいたけ・こまつな ・みつば・たまねぎ ・りんごジュース・いちごジャム	582kcal 23.0g	14.7g 1.5g	
10 金	ロールパン てりやきハンバーグ こぶきいも ほうれん草サラダ キャベツスープ ゼリー	牛乳 鮭わかめおにぎり	・ふた肉・木綿豆腐 ・脱脂粉乳・鶏卵 ・普通牛乳 ・さけ	・ロールパン・パン粉・砂糖 ・片栗粉・じゃがいも ・和風ドレッシングタイプ ・ゼリー ・精白米	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ ・ぶなしめじ・わかめ	555kcal 26.1g	18.1g 1.4g	
11 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します							
13 月	ごはん 鶏のごまみそ焼き ごもくきんぴら 豆腐のすまし汁 パナナ 小魚	ミルクココア ビスケット	・鶏肉 ・淡色辛みそ・焼き竹輪 ・木綿豆腐 ・煮干し ・脱脂粉乳	・精白米・いりごま・なたね油 ・砂糖・ごま油 ・ビスケット	・長ねぎ・ごぼう・にんじん ・さやえんどう・わかめ・パナナ	582kcal 30.4g	12.5g 2.1g	
14 火	豚肉ときこの卵とじ丼 玉ねぎとわかめの味噌汁 ポテトサラダ チーズ パナナ	牛乳 あずき蒸しパン	・ふた肉・鶏卵 ・油揚げ・淡色辛みそ ・ロースハム ・チーズ ・普通牛乳・ゆで小豆缶詰	・砂糖・精白米・じゃがいも ・マヨネーズ ・薄力粉 ・マーガリン	・たまねぎ・ぶなしめじ・えのきたけ ・カットわかめ・にんじん・きゅうり ・コーン・パナナ	587kcal 21.1g	19.1g 0.8g	
15 水	わかめごはん 豆腐のすき焼風煮 春雨サラダ 切り干し大根の味噌汁 れんこんのカレー炒め オレンジ	麦茶 肉まん	・木綿豆腐・ふた肉 ・淡色辛みそ・ベーコン ・チーズ	・精白米・砂糖・はるさめ ・和風ドレッシングタイプ ・強力粉・薄力粉・なたね油 ・ごま油・片栗粉	・わかめ・にんじん・長ねぎ ・生しいたけ・こまつな ・りょくどうもやし・ほうれんそう ・切干しだいこん・れんこん ・たまねぎ・オレンジ	566kcal 23.4g	13.7g 1.9g	
16 木	ごはん ミートグラタン 小松菜ソテー キャベツ人参スープ パイナップル	牛乳 チョコスコーン	・木綿豆腐・ふた肉 ・チーズ ・ウィンナーソーセージ ・普通牛乳・脱脂粉乳 ・鶏卵	・精白米・なたね油 ・有塩バター ・マーガリン ・ホットケーキミックス・砂糖	・にんにく・たまねぎ ・マッシュルーム水魚缶 ・トマテチャップ・こまつな ・にんじん・キャベツ・にんじん ・さやいんげん・パインアップル	591kcal 26.4g	18.8g 2.2g	
17 金	ごはん 白身魚のピザ風焼き ほうれん草のソテー キャベツのスープ ささみ入り人参サラダ ゼリー	牛乳 塩せんべい	・メルーサー・ロースハム ・チーズ ・ウィンナーソーセージ ・鶏肉・普通牛乳	・精白米・有塩バター ・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・オレンジゼリー ・せんべい・砂糖	・たまねぎ・青ピーマン ・トマテチャップ・ほうれんそう ・コーン・キャベツ・にんじん ・だいずもやし・きゅうり ・りんごジュース	566kcal 36.2g	17.6g 2.4g	
18 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します							
20 月	ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきの炒め煮 かきたま汁 パナナ	ミルクココア クレープ	・ふた肉・油揚げ ・木綿豆腐・鶏卵 ・脱脂粉乳	・精白米・砂糖・なたね油 ・片栗粉・クレープ	・しょうが・キャベツ・たまねぎ ・にんじん・乾ひじき・グリーンピース ・こまつな・パナナ	558kcal 28.2g	16.6g 1.1g	
21 火	中華丼 もやしの中華スープ いんげんのツナサラダ パイナップル	牛乳 ごまトースト	・しほえび・ふた肉 ・まぐろ水煮 ・普通牛乳	・精白米・砂糖・ごま油 ・片栗粉・マヨネーズ ・せんべい・食パン ・マーガリン ・グラニュー糖・いりごま	・はくさい・にんじん・たまねぎ ・りょくどうもやし・チンゲンサイ ・さやいんげん・コーン ・パインアップル	561kcal 22.7g	18.9g 1.2g	
22 水	わかめごはん 千草卵焼き 小松菜の納豆和え 野菜炒め 大根の味噌汁 ゼリー	牛乳 焼きプリンタルト チーズ	・鶏卵・脱脂粉乳 ・ふた肉・納豆 ・削り節・チーズ ・ウィンナーソーセージ ・木綿豆腐・淡色辛みそ	・精白米・なたね油・砂糖 ・片栗粉・ゼリー ・タルト	・乾しいたけ・にんじん・長ねぎ ・ほうれんそう・こまつな ・チンゲンサイ・たまねぎ・だいこん	581kcal 27.2g	16.0g 1.7g	
23 木	焼きそば チキンナゲット 中華スープ ブロッコリーサラダ 小魚 オレンジ	牛乳 青のりおにぎり	・ふた肉 ・鶏肉・煮干し ・普通牛乳	・中華めん・なたね油・片栗粉 ・和風ドレッシングタイプ ・砂糖・精白米・ごま油	・にんじん・キャベツ・たまねぎ ・りょくどうもやし・ほうれんそう ・コーン・ブロッコリー ・きゅうり・オレンジ ・にんじんジュース・あおのり	553kcal 24.5g	17.7g 1.4g	
24 金	ごはん タンドリーチキン ごぼうとベーコンソテー 3色コンソメスープ きりぼし大根のサラダ りんごジュース	ミルクココア 牛乳寒天	・鶏肉 ・フレンチヨーグルト ・ベーコン ・まぐろ水煮 ・脱脂粉乳・普通牛乳	・精白米・砂糖・なたね油	・たまねぎ・ごぼう・にんじん ・コーン・切干しだいこん ・きゅうり・りょくどうもやし ・カットわかめ・りんごジュース ・みかん缶詰	581kcal 26.6g	12.9g 1.5g	
25 土	保育希望者はお弁当持参をお願い致します							
27 月	ごはん 鰯のカレーマヨ焼き マカロニサラダ ほうれん草と人参スープ パイナップル	牛乳 ベアクリームワッフル 小魚	・さわら・まぐろ水煮 ・普通牛乳・煮干し	・精白米・マヨネーズ ・マカロニ・スバゲティ ・和風ドレッシングタイプ ・砂糖 ・ワッフル	・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・コーン・ほうれんそう ・パインアップル	562kcal 30.5g	16.8g 1.7g	
28 火	ミルクパン 青菜のキッシュ フレンチサラダ クリームスープ チーズ ゼリー	牛乳 枝豆おにぎり	・ロースハム・鶏卵 ・普通牛乳 ・チーズ・えだまめ ・鶏肉・脱脂粉乳 ・さけ	・コッペパン・なたね油 ・フレンチドレッシング ・じゃがいも・ゼリー ・精白米	・ほうれんそう・たまねぎ ・トマテチャップ ・キャベツ・きゅうり・にんじん ・コーン ・ブロッコリー	558kcal 28.1g	22.5g 2.2g	
29 水	チャーハン しゅうまい 中華スープ オレンジ	牛乳 ドーナツ	・ロースハム・なると ・鶏卵・ふた肉 ・普通牛乳 ・きな粉 ・ヨーグルト	・精白米・なたね油・片栗粉 ・ごま油・しゅうまいの皮 ・ホットケーキミックス・砂糖	・にんじん・長ねぎ・たまねぎ ・乾しいたけ・しょうが ・ほうれんそう・コーン ・オレンジ	585kcal 26.1g	19.8g 1.7g	
30 木	ごはん ミートボールの甘酢あんかけ 小松菜とたまねぎの味噌汁 パナナ れんこんのきんぴら もやしサラダ	牛乳 メロンパンクッキー	・ふた肉・脱脂粉乳 ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・かにかまぼこ ・普通牛乳・鶏卵	・精白米・パン粉・なたね油 ・砂糖・片栗粉・いりごま ・和風ドレッシングタイプ ・ホットケーキミックス ・グラニュー糖	・たまねぎ・青ピーマン ・ただの水煮・乾しいたけ ・こまつな・れんこん ・りょくどうもやし・きゅうり ・バナナ	571kcal 21.4g	18.5g 2.0g	
31 金	ごはん 塩唐揚げ 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のお浸し 豆腐と切干大根の味噌汁 りんごジュース	ミルクココア 豆乳プリン	・鶏肉・凍り豆腐 ・削り節・木綿豆腐 ・淡色辛みそ・脱脂粉乳 ・豆乳	・精白米・砂糖・片栗粉 ・いりごま ・グラニュー糖	・にんじん・乾しいたけ ・チンゲンサイ・キャベツ ・りんごジュース	612kcal 30.7g	17.8g 1.9g	

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	塩 分
基準栄養量	570kcal	24.0g	15.8g	1.6g
今月の平均栄養量	571kcal	26.6g	16.8g	1.7g

※先月のお楽しみ献立は、ロールパン・鶏肉のチーズ焼き  
ナポリタン・白菜スープ・バナナでした。  
※食物アレルギーを持った園児には、アレルギー  
対応献立に変更致します。  
※納品の都合により、献立変更することがあります。



## 給食室からのお知らせ



令和 6 年 4 月 吉日  
認定こども園 まりん

新年度、子どもたちも新しい環境での生活が始まります。

今年度も、楽しく安全な給食となるよう、想定されるリスクへの対策を行なっています。

中でも、窒息・誤嚥は生命に関わるものです。窒息・誤嚥に繋がりがやすい食べ物は、給食での使用を避けたり、調理を工夫して提供しております。

そして毎月1回あったお弁当の日がなくなります。土曜保育を利用する際や行事によっては、お弁当のご用意が必要となる場合もありますので下記のような食材を使用しない、もしくは調理の工夫をお願いいたします。

### ○給食・おやつでの使用を避ける食材

白玉団子・おもち

### ○調理や切り方を考慮する食材

ミニトマト・チーズ・ゆで卵・うずらの卵・えび・いか・枝豆・ぶどう・さくらんぼ  
りんご・のり・糸こんにゃく・ウインナー・きのこ類・わかめ

### ○食べさせる時に配慮が必要な食材

ごはん・パン類・いも類・ひとロゼリー

### ○安全に食べる予防策として注意・観察を行う

- ・正しい姿勢でよく噛んで食べる。
- ・口の中に食べ物があるときはおしゃべりしないように声かけをする。
- ・ゆとりのある時間を確保し早食いにしないようにする。
- ・食べ物と水分（汁物・飲み物）がバランス良く取れるようにする。



### お弁当持参の際にご協力いただきたいこと

#### ●避けていただきたいもの・食材

ピック・こんにゃくゼリー

#### ●切り方を配慮していただきたい食材

ミニトマト・うずらの卵・ぶどう・さくらんぼ・枝豆・ひとロゼリー

→食べやすい大きさにして容器に入れてください。

※夏などの気温が高い日は、保冷バックや保冷剤を使用しお弁当の持参にご協力をお願いいたします。

※卵焼きなどは、半熟にせず固まるまでしっかり加熱することをおすすめします。

前年度、保護者の皆様にアンケートのご協力をしていただいた結果をもとに、今年度も食育だよりを発行していきます。ご要望の多かったレシピも掲載しますので、ぜひ参考にしてください。  
今年度もどうぞよろしくお願いいたします。