

4月献立表



令和5年4月発行
こくふ子ども園

楽しくて
おいしい給食に

子ども達が元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。身体も心も育まれるようにという願いも込めて作っています。
今年度も給食では子ども達のために旬の食材を使って素材の味を生かし、うす味に心がけ、安心・安全でおいしい給食作りをしていきたいと思います。どうぞご理解とご協力をよろしくお願いいたします。
毎日の献立サンプルを展示してまいりますので降園の際にはぜひご覧になって下さい。



旬のタケノコ

春は芽吹き季節。タケノコもあたたかさとともに土から頭を出します。水煮は年間を通して出回っていますが、香りや味は生から調理したものにはかないません。ゆでたり、炒めたりして、この時期だけのおいしさを味わいましょう。ゆでた後に節の間などに白く固まっているのはチロシンというものです。水に溶けにくいため浮き出てきますが、体に悪いものではなく、必須アミノ酸の一種なので安心して食べられます。

1日(土) 入園式
牛飯 (米、牛肉、人参、ごぼう しめじ、グリーンピース 酒、みりん、砂糖、醤油)
もやしのみそ汁 (もやし、人参、玉葱 わかめ、いりこ、塩、醤油)
果物 菓子
牛乳

	3日(月) 進級式	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
	ロールパン 春キャベツの Pasta (スパゲティ、春キャベツ、ベーコン、あさり、玉葱、塩、人参、アスパラ、にんにく、油、醤油) ココロスープ (人参、玉葱、じゃが芋、ブロッコリー、コンソメ、醤油) 果物 しおっぱおにぎり (米、しおっぱ) 牛乳	ごはん 魚の若草焼き (魚、酒、塩、抹茶、マヨネーズ) ブロッコリーのごま和え (ブロッコリー、人参、竹輪、ごま、醤油) えのきのみそ汁 (えのき、玉葱、人参、葱、卵、いりこ、醤油、塩) 牛乳寒みかんソースかけ (牛乳、寒天、砂糖、みかん、片栗粉)	中華丼 (米、豚肉、玉葱、白菜、人参、筍、ごま油、醤油、油、干し椎茸、ピーマン、片栗粉、鶏がらだし、にんにく、生姜) にらスープ (にら、えのき、コーン、鶏がらだし、醤油、塩) 果物 いちごジャムサンド (食パン、マーガリン、いちごジャム) 牛乳	ごはん 炒り豆腐 (豆腐、鶏ミンチ、竹輪、干し椎茸、玉葱、人参、卵、グリーンピース、砂糖、醤油、油) 酢みそ和え (カニカマ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、酢、ごま、みそ、砂糖) 油揚げのみそ汁 (油揚げ、人参、えのき、葱、玉葱、いりこ、醤油、塩) いももち (じゃが芋、片栗粉、醤油、砂糖、バター) 牛乳	ごはん 肉じゃが (新じゃが芋、油、鶏肉、玉葱、しらたき、人参、しめじ、いんげん、砂糖、醤油、みりん) ごぼうサラダ (ごぼう、きゅうり、人参、ハム、チーズ、醤油、マヨネーズ) 心のみそ汁 (心、玉葱、えのき、葱、いりこ、醤油、塩) 和風豆乳ゼリー (豆乳、牛乳、きな粉、砂糖、寒天、黒砂糖)	エビピラフ (米、エビ、コンソメ、人参、玉葱、コーン、塩、パセリ、マーガリン、こしょう) 野菜スープ (人参、玉葱、キャベツ、塩、葱、コンソメ、醤油) 果物 菓子 牛乳
	10日(月) ごはん 豚肉の生姜焼き (豚肉、玉葱、生姜、酒、砂糖、醤油、みりん、油) 菜果サラダ (春キャベツ、きゅうり、塩、りんご、レーズン、油、砂糖、酢) 春雨スープ (春雨、人参、にら、玉葱、鶏がらだし、醤油、塩) ココア揚げパン (ロールパン、ココア、油) 牛乳	11日(火) 焼きうどん (うどん、豚肉、玉葱、葱、人参、竹輪、ピーマン、塩、キャベツ、かつお節、油、青のり、醤油、こしょう) さつま芋の含め煮 (さつま芋、人参、砂糖、醤油) 新わかめのみそ汁 (わかめ、豆腐、椎茸、玉葱、人参、いりこ、みそ) 果物 梅おにぎり (米、梅干し) 牛乳	12日(水) カレーライス (米、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、カレールウ、にんにく、醤油、グリーンピース) スティック野菜 (きゅうり、人参、マヨネーズ) 果物 甘納豆蒸しパン (ミックス粉、甘納豆、卵、砂糖、牛乳) 牛乳	13日(木) ごはん 魚のピザ焼き (魚、玉葱、人参、ピーマン、ケチャップ、酒、塩、チーズ) 小松菜のナムル (小松菜、人参、もやし、ごま、醤油、酢、砂糖、ごま油) ごぼうのみそ汁 (ごぼう、油揚げ、人参、玉葱、葱、みそ、いりこ) 豆腐入りみたらし団子 (豆腐、白玉粉、醤油、砂糖、片栗粉) 牛乳	14日(金) ごはん 厚揚げのみそ炒め (厚揚げ、豚肉、筍、人参、椎茸、玉葱、油、ピーマン、砂糖、醤油、みそ) 春キャベツのおかか和え (春キャベツ、人参、醤油、かつお節) あさりのスープ (あさり、人参、玉葱、わかめ、醤油、コンソメ) 果物 ボンデゲージョ (ミックス粉、白玉粉、粉チーズ、牛乳、油) 牛乳	15日(土) スタミナ納豆丼 (米、豚ミンチ、納豆、葱、ごま、にんにく、生姜、砂糖、醤油、酒) 大根のみそ汁 (大根、わかめ、油揚げ、人参、いりこ、みそ) 果物 菓子 牛乳
	17日(月) ごはん 豆腐のあんかけ (豆腐、豚ミンチ、玉葱、人参、えのき、ピーマン、砂糖、醤油、片栗粉) もやしのごま和え (もやし、きゅうり、人参、ごま、醤油) なめこのみそ汁 (なめこ、大根、玉葱、葱、いりこ、みそ) マカロニの安骨川 (マカロニ、きな粉、塩、砂糖) 牛乳	18日(火) ごはん 魚の生姜煮 (魚、生姜、酒、砂糖、醤油、みりん) マカロニのオーロラサラダ (マカロニ、きゅうり、人参、春キャベツ、ツナ、塩、ケチャップ、マヨネーズ) 新じゃがスープ (新じゃが芋、玉葱、えのき、ブロッコリー、醤油、コンソメ) りんごゼリー (りんごジュース、寒天、砂糖、りんご) ウエハース	19日(水) ごはん 塩こうじ唐揚げ (鶏肉、にんにく、生姜、塩こうじ、酒、小麦粉、油、片栗粉) 切干大根の含め煮 (切干大根、さつま揚げ、人参、いんげん、砂糖、醤油) 豆腐のみそ汁 (豆腐、人参、玉葱、葱、卵、いりこ、みそ) 果物 レーズン蒸しパン (ミックス粉、レーズン、牛乳) 牛乳	20日(木) みそラーメン (中華麺、豚肉、人参、玉葱、もやし、コーン、キャベツ、にんにく、葱、鶏がらだし、みそ) 中華和え (ひじき、人参、きゅうり、ハム、ごま、酢、醤油、砂糖、錦糸卵、ごま油) 果物 タケノコご飯のおにぎり (米、筍、人参、油揚げ、みりん、醤油) 牛乳	21日(金) ごはん おからハンバーグ (合挽ミンチ、おから、玉葱、人参、牛乳、パン粉、卵、ケチャップ、中濃ソース、塩) 春キャベツのゆかり和え (春キャベツ、人参、ゆかり粉) 若竹汁 (新わかめ、新筍、玉葱、葱、えのき、いりこ、醤油、塩) きな粉トースト (食パン、マーガリン、きな粉、砂糖) 牛乳	22日(土) ひじきご飯 (米、鶏肉、人参、ひじき、油揚げ、薄口醤油) 玉葱と白菜のみそ汁 (玉葱、白菜、人参、しめじ、葱、みそ、いりこ) 果物 菓子 牛乳
	24日(月) ごはん 肉豆腐 (豆腐、牛肉、しめじ、人参、大根、いんげん、しらたき、玉葱、油、砂糖、醤油) きゅうりの塩昆布和え (きゅうり、人参、塩昆布、醤油) もやしのみそ汁 (もやし、玉葱、わかめ、人参、いりこ、醤油、塩) 桜ようかん (寒天、桜餡、塩、砂糖、くす粉)	25日(火) ごはん 魚の磯辺揚げ (魚、天ぷら粉、酒、塩、こしょう、青のり、油) 小松菜のコーン和え (小松菜、人参、コーン、ごま、醤油) 五目みそ汁 (ごぼう、豆腐、人参、玉葱、椎茸、葱、みそ、いりこ) チーズ蒸しパン (ミックス粉、チーズ、牛乳、卵) 牛乳	26日(水) 誕生日会 ごはん グリルチキン (鶏肉、塩、こしょう、ブロッコリー) ひじきの煮物 (ひじき、しらたき、油、人参、油あげ、砂糖、醤油、グリーンピース) 中華スープ (人参、玉葱、椎茸、葱、鶏がらだし、醤油) クリームあんみつ (白桃、みかん、キウイ、寒天、砂糖、ゆで小豆、アイス)	27日(木) ごはん 豆腐のおやき (豆腐、ツナ、葱、パン粉、卵、スキムミルク、油、塩、こしょう、ケチャップ) ポパイサラダ (ほうれん草、コーン、塩、人参、ウインナー、マヨネーズ) コンソメスープ (玉葱、人参、しめじ、塩、コンソメ、醤油) さつま芋のりんごジュース煮 (さつま芋、バター、りんごジュース) 牛乳	28日(金) ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き (鶏肉、酒、みそ、葱、みりん、砂糖) ブロッコリーのごま和え (ブロッコリー、人参、ごま、醤油) あさりのみそ汁 (あさり、玉葱、人参、みそ、わかめ、いりこ、葱) 果物 みかんヨーグルト (ヨーグルト、みかん、砂糖)	29日(土) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">昭和の日</div>

3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。