



扇こころ保育園  
令和3年度4月（卯月） 献立表



目標～楽しく食べよう～  
テーマ野菜：グリーンピース



※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。  
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食およびおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。  
※補食にはおにぎりと麦茶を提供します。  
※一日の幼児昼食およびおやつ分のカロリー基準 547kcal

曜	月	火	水	木	金	土
日						
予定						
屋食	<p><b>ご入園・ご進級おめでとうございます</b></p> <p>春の陽気と共に、新年度がスタートしました。 今年度も保育園で過ごす1日を大切に、美味しく、安心・安全な給食を提供していきます。 <b>今年度は、日本各地の『郷土食』を毎月献立に取り入れます。</b> 食を通して、日本の文化や歴史に触れていきます。</p> <p>4月は『千葉県』。名産である菜の花は今が旬です。独特な香りや苦みがある食材ですが、子ども達が食べやすい味付けの和え物にします。サンガ焼は鰯を使ったつくねのような料理です。これも、鶏肉を混ぜることで食べやすく仕上げている。</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンライス</li> <li>南瓜サラダ</li> <li>ペイザンヌスープ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>カレイのカレーパン粉焼き</li> <li>キャベツと油揚げのお浸し</li> <li>大根と椎茸の味噌汁</li> <li>清見オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>じゃが芋のそぼろ煮</li> <li>ひじきの煮物</li> <li>若布と豆腐の味噌汁</li> <li>果物</li> </ul>
午後のおやつ				<ul style="list-style-type: none"> <li>チーズおかかおにぎり</li> <li>小麦茶</li> <li>・小魚</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>クリームパン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゆかりおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	568			489		612
日	5	6	7	8	9	10
予定	野菜の日					
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>胚芽ご飯</li> <li>鮭の塩焼き 付)レモン</li> <li>アスパラと人参の金平</li> <li>じゃが芋とほうれん草の味噌汁</li> <li>桃ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピースカレー</li> <li>春キャベツのコールスローサラダ</li> <li>オニオンスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>油麩の卵とじ丼</li> <li>春雨の胡麻酢和え</li> <li>南瓜と玉葱の味噌汁</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>鶏じゃが</li> <li>ほうれん草のボン酢和え</li> <li>水菜とお麩のすまし汁</li> <li>いちご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツ焼きそば</li> <li>胡瓜とささみのさっぱり和え</li> <li>レタスとえのきのスープ</li> <li>でこぼん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>小松菜の海苔和え</li> <li>大根と油揚げの味噌汁</li> <li>果物</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>新牛蒡と豚肉の炊き込みご飯</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>きつねうどん</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>味噌ポテト</li> <li>・小魚</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いちごのジャムパン</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナとひじきの炊き込みご飯</li> <li>・小魚</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>若布のおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	479	549	533	505	574	567
日	12	13	14	15	16	17
予定	テーマ野菜の日(グリーンピース)		郷土食の日(千葉県)	入園・進級お祝い献立		
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>五目うどん</li> <li>南瓜の甘露煮</li> <li>胡瓜と若布の酢の物</li> <li>グレープフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピースご飯</li> <li>グリーンピース入りコロッケ</li> <li>千切り野菜～オレンジドレッシング～</li> <li>スナップエンドウの味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>麦ご飯</li> <li>サンガ焼き</li> <li>菜の花のマヨ和え</li> <li>若竹汁</li> <li>りんごゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>赤飯</li> <li>鶏のから揚げ</li> <li>ほうれん草のボン酢和え</li> <li>花麩のすまし汁</li> <li>いちご</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>カレイのカレーパン粉焼き</li> <li>キャベツと油揚げのお浸し</li> <li>大根と椎茸の味噌汁</li> <li>清見オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>じゃが芋のそぼろ煮</li> <li>ひじきの煮物</li> <li>若布と豆腐の味噌汁</li> <li>果物</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭の春色おにぎり</li> <li>・小魚</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>筍と絹さやのあんかけ丼</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>南瓜マフィン</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>お祝い2色メロンパン</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>クリームパン</li> <li>ヨーグルトドリンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゆかりおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	447	610	537	568	489	612
日	19	20	21	22	23	24
予定	お楽しみメニュー					
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>胚芽ご飯</li> <li>鮭の塩焼き 付)レモン</li> <li>アスパラと人参の金平</li> <li>じゃが芋と若布の味噌汁</li> <li>桃ゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピースカレー</li> <li>春キャベツのコールスローサラダ</li> <li>オニオンスープ</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>バターライス</li> <li>チーズハンバーグ</li> <li>人参グラッセ</li> <li>春野菜とベーコンのサラダ</li> <li>マカロニスープ</li> <li>オレンジゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンライス</li> <li>南瓜サラダ</li> <li>ペイザンヌスープ</li> <li>バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>春キャベツ焼きそば</li> <li>胡瓜とささみのさっぱり和え</li> <li>レタスとえのきのスープ</li> <li>でこぼん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>小松菜の海苔和え</li> <li>大根と油揚げの味噌汁</li> <li>果物</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>新牛蒡と豚肉の炊き込みご飯</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>きつねうどん</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロールケーキ～フルーツ添え～</li> <li>ミルクティー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チーズおかかおにぎり</li> <li>・小魚</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ツナとひじきの炊き込みご飯</li> <li>・小魚</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>若布のおにぎり</li> <li>牛乳</li> </ul>
kcal	479	549	713	568	574	567
日	26	27	28	29	30	
予定	テーマ野菜の日(グリーンピース)		端午の節句	昭和の日		
屋食	<ul style="list-style-type: none"> <li>五目うどん</li> <li>南瓜の甘露煮</li> <li>胡瓜と若布の酢の物</li> <li>グレープフルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ピースご飯</li> <li>グリーンピース入りコロッケ</li> <li>千切り野菜～オレンジドレッシング～</li> <li>スナップエンドウの味噌汁</li> <li>ヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>筍ごはん</li> <li>鰯の照り焼き</li> <li>蓮根の甘酢漬</li> <li>大根と三つ葉のすまし汁</li> <li>いちご</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>バターロール</li> <li>ポークチャップ</li> <li>新ごぼうのサラダ</li> <li>丸ごとかぶのスープ</li> <li>りんごゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>小松菜の海苔和え</li> <li>大根と油揚げの味噌汁</li> <li>果物</li> </ul>
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>鮭の春色おにぎり</li> <li>・小魚</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>筍と絹さやのあんかけ丼</li> <li>小麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ちまき</li> <li>緑茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>米粉入りお好み焼き</li> <li>牛乳</li> </ul>		
kcal	447	610	466	600		