

令和6年4月分



- ☆は手作りおやつです
- ・ 屋食やおやつに麦茶が付きます
- ・ 都合により一部給食が変更になる場合があります
- ・ 0〜2才児は「朝のおやつ」が付きます

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	乳児 午後 午前	幼児 午後 午前
1 ／ 月	ごはん 豚肉の生姜焼き 大根とツナのドレッシングあえ みそ汁(キャベツ タマネギ)	パン/こめ/サラダ油/ 砂糖	豚モモ/ツナ缶/みそ/ 牛乳	玉ねぎ/生姜/大根/ きゅうり/人参/キャベ ツ	☆おじや パン	菓子 牛乳
2 ／ 火	ごはん かじきの竜田揚げ キャベツと人参の甘酢 すまし汁(鶏肉 大根)	こめ/かたくり粉/サラ ダ油/砂糖/プリン/パ ン	めかじき/鶏肉モモ/ 牛乳/ヨーグルト	オレンジ/生姜/キャベ ツ/人参/大根	ヨーグルト パン パン	プリン 菓子 牛乳
3 ／ 水	ごはん 麻婆豆腐 ハンサンスー 中華スープ	フランスパン/こめ/サ ラダ油/ごま油/砂糖/ かたくり粉/はるさめ/ マカロニ	押豆腐/豚ひき肉/み そ/きな粉/牛乳	人参/ピーマン/ねぎ/ にんにく/きゅうり/わ かめ/コーン	☆マカロニきなこ フランスパン	☆マカロニきなこ 牛乳
4 ／ 木	ごはん チキンカレー グリーンサラダ バナナ	パン/こめ/じゃがいも /サラダ油/エッグケア /食パン	鶏肉モモ/牛乳/ツナ	玉ねぎ/人参/キャベツ /きゅうり/コーン	☆ジャムサンド パン	☆ジャムサンド 牛乳
5 ／ 金	ごはん ハンバーグ キャベツとパインのサラダ スープ(モヤシ ニンジン)	こめ/かたくり粉/砂糖 /サラダ油	豚ひき肉/豆乳	玉ねぎ/キャベツ/きゅ うり/パイン缶/もやし /人参	☆おにぎり パン	菓子
6 ／ 土	ごはん 豚肉と玉葱の甘辛煮 キャベツの塩昆布和え みそ汁(もやし ねぎ)	こめ/砂糖/ごま油	豚モモ/みそ	玉ねぎ/ピーマン/キャ ベツ/塩昆布/ねぎ/も やし/わかめ	☆おにぎり パン	菓子
8 ／ 月	ごはん 鶏肉のマーメレード煮 ほうれん草の磯香 みそ汁(油揚げ 玉ねぎ)	パン/こめ/砂糖/食パ ン/マーガリン	鶏肉モモ/みそ/油揚 げ/きな粉/牛乳	ほうれんそう/人参/の り/玉ねぎ	☆きなこトースト パン	☆きなこトースト 牛乳
9 ／ 火	ごはん さばの味噌煮 もやしのごま和え すまし汁(豆腐 ねぎ)	食パン/こめ/砂糖/す りごま(白)	さば/みそ/ツナ/豆 腐/油揚げ/干ひじき	生姜/もやし/きゅうり /人参/ねぎ	☆ひじきごはん 食パン	☆ひじきごはん
10 ／ 水	ごはん つくね焼き コールスロー スープ(エ/キ コーン)	こめ/上新粉/砂糖/か たくり粉/サラダ油/う どん	鶏ひき肉/ツナ/牛乳 /鶏肉モモ	いちご/えのきたけ/ね ぎ/生姜/キャベツ/人 参/コーン/大根	☆煮込みうどん いちご	菓子 牛乳
11 ／ 木	ごはん 豆腐ナゲット お浸し(モヤシ キュウリ) みそ汁(ジャガイモ ワカメ)	パン/こめ/かたくり粉 /サラダ油/砂糖/じゃ がいも	押豆腐/鶏ひき肉/糸 けつり/みそ/ヨーグ ルト	玉ねぎ/もやし/きゅう り/人参/わかめ	ヨーグルト バナナ パン	ヨーグルト バナナ
12 ／ 金	ごはん 鶏肉のみそマヨネーズ 千草和え すまし汁(ふ 三つ葉)	こめ/エッグケア/砂糖 /サラダ油/すりごま (白)/麩/ホットケー キの素	鶏肉モモ/みそ/ツナ /豆乳/牛乳	にんにく/生姜/キャベ ツ/人参/きゅうり/糸 みつば	☆ココア蒸しパン バナナ	☆ココア蒸しパン 牛乳
13 ／ 土	ごはん 焼肉 わかめサラダ みそ汁(ふ ねぎ)	パン/こめ/サラダ油/ ごま油/砂糖/麩	豚モモ/みそ	生姜/にんにく/玉ねぎ /ピーマン/わかめ/も やし/人参/ねぎ/わか め	☆おにぎり パン	菓子
15 ／ 月	ごはん 鮭の照り焼き ブロッコリーとツナの和風サラダ みそ汁(豆腐 玉ねぎ)	パン/こめ/サラダ油/ 砂糖	しろさけ/ツナ缶/み そ/豆腐/牛乳	ブロッコリー/きゅうり /人参/玉ねぎ	☆おじや パン	菓子 牛乳
16 ／ 火	ごはん ポークカレー ひじきの炒り煮	フランスパン/こめ/ じゃがいも/サラダ油/ しらたき/砂糖/ポッ プコーン/うどん	豚モモ/牛乳/油揚げ /あおりの/のむヨー グルト/鶏肉モモ	玉ねぎ/人参/グリーン ピース/干ひじき/大根	☆けんちんうどん フランスパン	☆ポップコーン のむヨーグルト

令和6年4月分



- ☆は手作りおやつです ・ 屋食やおやつに麦茶が付きま
- 都合により一部給食が変更になる場合があります
- 0~2才児は 「朝のおやつ」が付きま

日 / 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後		おやつ 午後				
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	乳 児	午後 午前	幼 児	午後 午前			
17 / 水	ごはん 豚肉とねぎの炒め煮 キャベツとモヤシのドレッシング みそ汁(ふ わかめ)	こめ/サラダ油/砂糖/ 麩/フランスパン/エッ クケア	豚モモ/みそ/粉チー ス/牛乳	オレンジ/ねぎ/玉ねぎ /キャベツ/もやし/人 参/わかめ	☆フランスパンせんべい		☆フランスパンせんべい 牛乳				
18 / 木	ごはん ボークビーンズ キャベツとコーンのサラダ みそ汁(ふ なめこ)	こめ/じゃがいも/サラ ダ油/砂糖/麩/薄力粉	大豆水煮/豚モモ/み そ/豆乳/牛乳	オレンジ/玉ねぎ/人参 /トマト缶/キャベツ/ きゅうり/コーン/なめ こ	☆豆乳ケーキ		☆豆乳ケーキ 牛乳				
19 / 金	ごはん 鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ スープ(玉ねぎ えのき)	食パン/こめ/砂糖/か たくり粉/サラダ油/ス パゲティ/エックケア	鶏肉モモ/ツナ/牛乳	生姜/人参/キャベツ/ きゅうり/玉ねぎ/えの きたけ	☆おじや		菓子 牛乳				
20 / 土	ごはん 鶏肉の甘辛煮 おかか和え みそ汁(もやし わかめ)	パン/こめ/サラダ油/ 砂糖	鶏肉モモ/糸つづり/ みそ	玉ねぎ/ピーマン/大根 /人参/きゅうり/もや し/わかめ	☆おにぎり		菓子				
22 / 月	ごはん 鶏肉の照り焼き もやしのナムル みそ汁(ふ なめこ)	パン/こめ/サラダ油/ ごま油/砂糖/すりごま (白)/麩	鶏肉モモ/ツナ/みそ /鮭	もやし/きゅうり/人参 /なめこ	☆おにぎり		☆おにぎり				
23 / 火	ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き 大根の中華サラダ みそ汁(ふ チンゲンサイ)	こめ/エックケア/ごま 油/砂糖/麩/蒸し中華 めん/サラダ油	メルルーサ/豆乳/み そ/豚モモ/牛乳	玉ねぎ/大根/きゅうり /人参/チンゲンサイ/ もやし/キャベツ	☆やきそば		☆やきそば 牛乳				
24 / 水	ごはん カレーコロッケ ツナサラダ スープ(ねぎ コーン)	フランスパン/こめ/ じゃがいも/サラダ油/ 薄力粉/パン粉/エック ケア/砂糖	豚ひき肉/ツナ/ヨー グルト	玉ねぎ/キャベツ/きゅ うり/人参/ねぎ/コー ン	ヨーグルト バナナ		ヨーグルト バナナ				
25 / 木	ごはん 肉野菜炒め いものそぼろに みそ汁(にんじん あげ)	こめ/サラダ油/かたく り粉/じゃがいも/砂糖 /食パン/エックケア	豚モモ/鶏ひき肉/み そ/油揚げ/しらす干 し/牛乳	キャベツ/玉ねぎ/ピー マン/人参/のり	☆しらすトースト		☆しらすトースト 牛乳				
26 / 金	ごはん 豚肉と豆腐の甘辛煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁(たまねぎ 大根)	食パン/こめ/しらたき /サラダ油/砂糖	豚モモ/押豆腐/納豆 /糸つづり/みそ/の むヨーグルト	玉ねぎ/人参/さいいん げん/ほうれん草/大 根	☆おじや		菓子 のむヨーグルト				
27 / 土	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 キャベツとツナのサラダ スープ(タマネギ ニンジン)	食パン/こめ/サラダ油 /砂糖	鶏肉モモ/ツナ	マーマレード/キャベツ /きゅうり/人参/玉ね ぎ/わかめ	☆おにぎり		菓子				
30 / 火	ごはん みそ豚 切干大根のゴマサラダ すまし汁(ハンペン ミツバ)	パン/こめ/サラダ油/ すりごま(白)/エック ケア/麩/食パン	豚モモ/みそ/牛乳	ねぎ/キャベツ/切干し だいこん/きゅうり/人 参/コーン/糸みつば	☆ジャムサンド		菓子 牛乳				
月平均栄養価		乳 児	エネルギー 395kcal	たんぱく質 17.4g	脂質 13.5g	塩分相当量 1.2g	幼 児	エネルギー 457kcal	たんぱく質 17.4g	脂質 13.5g	塩分相当量 1.2g

旬の食材

新玉ねぎ 春キャベツ
たらの芽 うど
たけのこ いちご
たちうお にしん など



新学期スタートです！

高見保育園では、市の栄養士が作成した献立に基づき、
調理員3名(小川ルミ、水野、加藤)でおいしい給食をつくります
よろしくお願ひします

そして、
今年度も三木ご夫妻 塩見ご夫妻に配膳のご協力をいただきます！

みんなで楽しいランチタイム・おやつタイムを過ごしましょう~♪