



4月 献立表



令和3年

足利こども園

日	曜	献立名			あか	さいろ	みどり	その他
		朝おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1	木	大根煮 麦茶	ご飯 チキンカレー 白菜サラダ ジャムヨーグルト 麦茶	黄桃蒸しパン 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	砂糖 米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	大根 玉ねぎ 人参 白菜 ほうれん草 コーン りんごソース 黄桃缶	こいくちしょうゆ 水 麦茶 カレールウ 塩 ベーキングパウダー
2	金	ウエハース 麦茶	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの味噌照り焼き いちご 麦茶	クッキー 牛乳	鶏肉 油揚げ でんぶ さわら 味噌 鶏卵 牛乳	ウエハース 米 砂糖 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 人参 さやえんどう 焼きのり 昆布 大根 わかめ いちご	麦茶 水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ
3	土	せんべい 麦茶	厚揚げのそぼろ丼 味噌汁 ほうれん草の和え物 りんご 麦茶	塩昆布おにぎり 小魚 麦茶	厚揚げ 豚ひき肉 味噌 煮干し	せんべい 米 油 じゃが芋 砂糖	玉ねぎ 昆布 干しいたけ しめじ 長ねぎ ほうれん草 もやし 人参 りんご 塩昆布	麦茶 水 料理酒 みりん こいくちしょうゆ
5	月	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き トマトドレッシングサラダ チーズ 麦茶	ホットケーキ 牛乳	味噌 鶏肉 チーズ 鶏卵 牛乳	砂糖 米 マーマレード 薄力粉 無塩バター	人参 昆布 干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 万能ねぎ 白菜 小松菜	水 麦茶 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング ベーキングパウダー
6	火	ボン菓子 麦茶	ミートソーススパゲティ コンソメスープ 大根とコーンのサラダ りんご 牛乳	ふかし芋甘辛和え 牛乳	豚ひき肉 牛乳	ボン菓子 スパゲティ 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ じゃが芋 片栗粉	玉ねぎ 人参 えのき茸 ほうれん草 大根 きゅうり コーン りんご 青のり	麦茶 水 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 だし醤油
7	水	チーズ 麦茶	焼き肉丼 中華スープ じゃことキャベツの和え物 パナナ 麦茶	豆乳ゼリー ウエハース 麦茶	チーズ 豚肉 しらす 豆乳 きな粉	米 油 ごま ごま油 砂糖 ウエハース	玉ねぎ にんにく しょうが 白菜 干しいたけ わかめ キャベツ チンゲン菜 人参 パナナ アガー	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん チキンスープの素
8	木	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 たらの香味焼き ひじきの煮物 パイナップル 麦茶	シュガーパイ 牛乳	味噌 たら 高野豆腐 鶏卵 牛乳	砂糖 米 ごま ごま油 油 バイシント グラニュー糖	大根 昆布 干しいたけ 玉ねぎ しめじ ほうれん草 万能ねぎ ひじき 人参 グリンピース パイナップル	こいくちしょうゆ 水 麦茶 だし醤油 みりん
9	金	ビスケット 麦茶	ご飯 ミルクスープ ミートローフ 粉ふき芋 グレープフルーツ 麦茶	おかかおにぎり 小魚 麦茶	スキムミルク 牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐 かつお節 煮干し	マンナビスケット 米 パン粉 片栗粉 じゃが芋	人参 キャベツ コーン 玉ねぎ パセリ グレープフルーツ	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ
10	土	バナナ 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 白菜とわかめの甘酢和え オレンジ 麦茶	ココア蒸しパン 麦茶	味噌 油揚げ 鶏肉	米 さつま芋 油 砂糖 薄力粉	バナナ 昆布 干しいたけ チンゲン菜 大根 人参 白菜 わかめ オレンジ	麦茶 水 だし醤油 みりん 穀物酢 こいくちしょうゆ 塩 ベーキングパウダー ココア
12	月	ボン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 ベーコン入り玉子焼き 納豆和え パイナップル 麦茶	蒸し大学芋 牛乳	味噌 卵 ベーコン 納豆 牛乳	ボン菓子 米 小切麩 砂糖 さつま芋	昆布 干しいたけ 白菜 万能ねぎ 玉ねぎ パセリ キャベツ 人参 ほうれん草 パイナップル	麦茶 水 塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ みりん
13	火	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーサラダ オレンジ 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	味噌 厚揚げ 鶏肉	砂糖 米 片栗粉 油 ノンエッグマヨネーズ ウエハース	人参 昆布 干しいたけ えのき茸 小松菜 しょうが ブロッコリー もやし オレンジ ぶどうジュース アガー	水 麦茶 こいくちしょうゆ 料理酒 塩
14	水	蒸しじゃが芋 麦茶	マーボー豆腐丼 春雨とコーンのスープ 白菜のツナ和え パナナ 麦茶	マカロニソテー 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 ツナ ベーコン 牛乳	じゃが芋 米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 春雨 マカロニ	長ねぎ しょうが にんにく 干しいたけ コーン 白菜 人参 バナナ 玉ねぎ チンゲン菜	塩 麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢
15	木	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の炒め物 キャベツのゆかり和え りんご 麦茶	かぼちゃ茶巾 牛乳	味噌 高野豆腐 豚肉 牛乳	ウエハース 米 油 砂糖	昆布 干しいたけ 小松菜 長ねぎ 玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり ゆかり りんご 南瓜	麦茶 水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん
16	金	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏つくね照り焼き 小松菜ソテー チーズ 麦茶	ソフトクッキー 麦茶	味噌 鶏肉 干しえび チーズ 鶏卵	砂糖 米 さつま芋 パン粉 片栗粉 油 無塩バター 薄力粉	大根 昆布 干しいたけ 白菜 万能ねぎ 玉ねぎ 人参 ひじき 小松菜 もやし しめじ	こいくちしょうゆ 水 麦茶 塩 だし醤油 チキンスープの素 ベーキングパウダー
17	土	せんべい 麦茶	きつねうどん ポテトサラダ パナナ 麦茶	わかめおにぎり 小魚 麦茶	油揚げ 煮干し	せんべい うどん じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 米	ほうれん草 人参 長ねぎ きゅうり パナナ わかめご飯の素	麦茶 水 だし醤油 こいくちしょうゆ 塩
19	月	蒸しかぼちゃ 麦茶	ご飯 ポークカレー 海苔サラダ フルーツポンチ 麦茶	マフィン 牛乳	豚肉 鶏卵 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 無塩バター 薄力粉	南瓜 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 焼きのり 黄桃缶 りんご バイン缶	麦茶 水 カレールウ だし醤油 穀物酢 ベーキングパウダー
20	火	人参煮 麦茶	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 かれののみりん焼き 切干大根の煮物 オレンジ 麦茶	ジャムパン 牛乳	味噌 高野豆腐 きれい 油揚げ 牛乳	砂糖 米 油 食パン いちごジャム	人参 キャベツ 塩昆布 昆布 干しいたけ 南瓜 万能ねぎ しょうが 切干大根 ほうれん草 オレンジ	水 麦茶 塩 こいくちしょうゆ みりん だし醤油
21	水	ボン菓子 麦茶	お野菜パン コンソメスープ タンドリーチキン 人参ドレッシングサラダ パイナップル 牛乳	味噌おにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 ヨーグルト 牛乳 味噌 煮干し	ボン菓子 野菜パン じゃが芋 米	キャベツ 人参 もやし ブロッコリー コーン パイナップル	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ カレー粉 人参ドレッシング みりん
22	木	ビスケット 麦茶	中華あんかけご飯 わかめスープ ラーメン中華和え オレンジゼリー 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	豚肉 牛乳	マンナビスケット 米 ごま油 片栗粉 中華麵 砂糖 ごま 薄力粉	白菜 チンゲン菜 人参 玉ねぎ えのき茸 わかめ キャベツ きゅうり オレンジジュース アガー レーズン	麦茶 水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 穀物酢 ベーキングパウダー
23	金	大根煮 麦茶	玄米入りご飯 味噌汁 チーズ入り玉子焼き なめたけ和え パナナ 麦茶	りんごヨーグルト ウエハース 麦茶	味噌 厚揚げ 卵 チーズ スキムミルク ヨーグルト	砂糖 米 玄米 無塩バター ウエハース	大根 昆布 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 なめ茸 パナナ りんご	こいくちしょうゆ 水 麦茶 塩 トマトケチャップ
24	土	蒸しじゃが芋 麦茶	肉豆腐丼 味噌汁 キャベツのマヨ和え りんご 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	豚肉 木綿豆腐 味噌 きな粉	じゃが芋 米 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ マカロニ 砂糖	玉ねぎ 人参 万能ねぎ 昆布 干しいたけ しめじ ほうれん草 キャベツ チンゲン菜 りんご	塩 麦茶 水 だし醤油 みりん
26	月	せんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め じゃが芋のおかか煮 パイナップル 麦茶	キャロット蒸しパン 牛乳	味噌 豚肉 かつお節 牛乳	せんべい 米 小切麩 油 じゃが芋 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ 玉ねぎ ビーマン しょうが 人参 グリンピース パイナップル	麦茶 水 料理酒 だし醤油 ベーキングパウダー
27	火	蒸しさつま芋 麦茶	ハヤシライス ごぼうサラダ オレンジ 麦茶	寒天ミルクプリン ウエハース 麦茶	豚肉 牛乳	さつま芋 米 油 砂糖 ウエハース	玉ねぎ 人参 しめじ ダイズトマト キャベツ ごぼう コーン きゅうり オレンジ	麦茶 水 ハヤシベース 穀物酢 塩 ミルクプリンの素
28	水	チーズ 麦茶	ツナとキャベツの和風スパゲティ コンソメスープ アスパラとさき身のサラダ パナナ 麦茶	鶏そぼろおにぎり 小魚 麦茶	チーズ ツナ 鶏肉 煮干し	スパゲティ 油 ごま ノンエッグマヨネーズ 米 砂糖	キャベツ 玉ねぎ 焼きのり 人参 えのき茸 ほうれん草 大根 アスパラガス パナナ	麦茶 水 こいくちしょうゆ みりん 塩 チキンスープの素
30	金	ボン菓子 麦茶	麦ご飯 味噌汁 まぐろフライ 春雨の甘酢和え りんご 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 まぐろフライ 牛乳	ボン菓子 米 押し麦 油 片栗粉 春雨 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ	昆布 干しいたけ 白菜 玉ねぎ 小松菜 チンゲン菜 人参 りんご	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
乳	475	16.6	13.7	225	1.5
児	510	17.5	14.6	228	1.2

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。

発行：株式会社ミールケア