

しおや保育所給食だより

令和 6年 4月

日曜	献立	3色分類		
		あか(体をつくる・血や肉になる)	き(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
2 火	米飯 ちくぜん煮 ナムル バナナ	豚肉 ちくわ	水稲穀粒 こんにやく 油 砂糖 白ごま ごま油	れんこん ごぼう 人参 干しいたけ もやし ピーマン キャベツ しめじ バナナ
3 水	米飯 厚揚げのひき肉煮 もやしの酢の物 りんご ♪大学芋	絹厚揚げ 合びき肉 白す干 卵	水稲穀粒 じゃがいも 油 砂糖	たまねぎ 干しいたけ ピーマン 人参 きゅうり もやし りんご
4 木	パン クリームシチュー ミモザサラダ オレンジ	鶏肉 牛乳 粉チーズ ハム 卵	パン じゃがいも 油 小麦粉 バター マヨネーズ	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり オレンジ
5 金	米飯 さばの甘酢あんかけ 豆腐みそ汁 パインアップル	さば 木綿豆腐 あげ 干わかめ みそ	水稲穀粒 片栗粉 油 砂糖	人参 たまねぎ 干しいたけ たけのこ ピーマン しめじ ねぎ パインアップル
6 土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
8 月	油揚げと大豆のひじきご飯 ごま和え 春野菜の味噌汁 バナナ	あげ ひじき 水煮大豆 木綿豆腐 干わかめ みそ	水稲穀粒 油 砂糖 ごま	干しいたけ 人参 青菜 キャベツ えのきたけ たまねぎ ねぎ バナナ
9 火	パン ささみのトマトソース煮 マカロニサラダ りんご ♪おにぎり	鶏ささみ 卵 チーズ ハム	パン 小麦粉 油 じゃがいも 砂糖 マカロニ マヨネーズ	たまねぎ 人参 しめじ ピーマン トマト きゅうり りんご
10 水	米飯 すきやき風煮 たまねぎのごま酢和え オレンジ	牛肉 焼き豆腐 干わかめ 卵 白す干	水稲穀粒 糸こんにやく 砂糖 ふ 油 ごま	はくさい 大根 たまねぎ きゅうり 人参 オレンジ
11 木	カレーライス コールスローサラダ バナナ	牛肉 粉チーズ ハム	水稲穀粒 じゃがいも 油 フレンチドレッシング	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり パイン缶 バナナ
12 金	パン 魚のマヨネーズ焼き 付合せ ポトフ風スープ りんご	白身魚 シュレッドチーズ ハム 干わかめ ウインナー	パン マヨネーズ じゃがいも 和風ドレッシング	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり りんご
13 土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
15 月	米飯 豆腐の中華炒め ビーフンソテー バナナ	木綿豆腐 豚肉 むきえび かまぼこ	水稲穀粒 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン	人参 ねぎ 干しいたけ たけのこ もやし チンゲンサイ はくさい キャベツ ピーマン バナナ
16 火	米飯 いろ卵の甘酢あんかけ うどん入りけんちん汁 オレンジ	卵 鶏肉 干わかめ あげ	水稲穀粒 油 砂糖 片栗粉 生めん こんにやく	人参 ピーマン たまねぎ トマトピューレ ごぼう 大根 ねぎ オレンジ
17 水	パン コロッケ 付合せ かき卵スープ りんご	合びき肉 チーズ 卵 干わかめ	パン じゃがいも 小麦粉 パン粉 油 ごま油	たまねぎ 人参 ピーマン きゅうり トマト しめじ ねぎ りんご
18 木	米飯 高野豆腐の親子煮 そうめんみそ汁 いちご ♪さつま芋蒸しパン	高野豆腐 鶏肉 卵 あげ みそ 干わかめ	水稲穀粒 油 砂糖 そうめん	ピーマン 人参 たまねぎ 干しいたけ 大根 ねぎ いちご
19 金	パン 鮭のイタリア風ソテー ポテトサラダ オレンジ	生鮭 生クリーム シーチキン缶 卵	パン 油 小麦粉 じゃがいも バター マヨネーズ	たまねぎ パセリ 人参 きゅうり キャベツ オレンジ
20 土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
22 月	米飯 かきあげ ナムル 豆腐清汁 りんご	白す干 ウインナー 卵 木綿豆腐 あげ 干わかめ	水稲穀粒 さつまいも 小麦粉 油 白ごま 砂糖 ごま油	たまねぎ 人参 グリンピース キャベツ もやし しめじ ねぎ りんご
23 火	米飯 にぎやか卵 お浸し きのこスープ バナナ ♪豆乳トースト	卵 むきえび 花かつお 干わかめ 木綿豆腐	水稲穀粒 油	たまねぎ 人参 キャベツ ピーマン しめじ えのきたけ ねぎ バナナ
24 水	わかめごはん 鶏肉のからあげ サラダ ふすま汁 メロン 誕生会	干わかめ 鶏肉 ハム あげ	水稲穀粒 片栗粉 油 じゃが芋 マヨネーズ ふ	キャベツ 人参 きゅうり えのきたけ ねぎ メロン
25 木	パン 煮込みハンバーグ 豆乳スープ りんご	合びき肉 卵 牛乳 ベーコン 豆乳	パン パン粉 油 小麦粉 バター 砂糖	たまねぎ マッシュルーム缶 グリンピース トマトピューレ 白菜 大根 人参 りんご
26 金	ハヤシライス 大豆サラダ バナナ	豚肉 水煮大豆 チーズ	水稲穀粒 じゃがいも 油 砂糖 マヨネーズ	人参 たまねぎ しめじ グリンピース きゅうり バナナ
27 土	パン 牛乳 バナナ	牛乳	パン	バナナ
30 火	米飯 肉じゃが 甘酢和え パインアップル	牛肉 ちくわ 白す干 卵 干わかめ	水稲穀粒 じゃがいも 砂糖 油 糸こんにやく ごま油	たまねぎ 人参 ピーマン キャベツ パインアップル

ご入所・ご進級 おめでとうございます

保育所でしっかり活動が出来るように “早寝・早起き・朝ごはん” を心掛けてお友だちや先生といっしょに元気いっぱい楽しみましょう。
みんなで給食やおやつを食べることが【待ち遠しい！楽しみ！】という気持ちにつながるように進めていきたいです。

★『地産地消の日』

昼食の全材料使用量のうち
50%以上が香川県産です。



♪『手作りおやつの日』

