

令和6年度 4月 オーガニック給食 献立表

◎4月の給食目標は『新しいクラスでの食事に慣れ、みんなと一緒に食事を楽しもう』です。新年度が始まったばかりなので、子ども達の食べ慣れたメニューや、食べやすい食材を使用し作成しました。

日	曜日	ひ る	おやつ	よ る
1 15	月	玄米入りご飯 さばの香味揚げ ★ 春雨サラダ のらぼう菜のみそ汁 デコボン	にんじんケーキ  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 ポークチャップ ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁
2 16	火	赤みそのマーボー豆腐丼 山東菜のナムル わかめスープ	春キャベツのお好み焼き  いりこ	玄米入りご飯 鮭フライ ★ チンゲン菜と油揚げの煮浸し 宮内菜のみそ汁
3 17	水	玄米入りご飯 カレイの野菜あんかけ さつま芋サラダ 小松菜のみそ汁	コーンクッキー	ひじきご飯 豆腐つくね かぶの甘酢漬け 春大根のみそ汁 清見オレンジ
4 18	木	チキンピラフ サニーレタスのフレンチサラダ 春野菜のコンソメスープ	おから蒸しパン  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 銀だらの西京漬け 切り干し大根の煮物 しいたけのすまし汁
5 19	金	玄米入りご飯 ぶりの葱マヨ照り焼き 春キャベツのソテー えのきのみそ汁 はっさく	ブルーベリージャムサンド  いりこ	玄米入りご飯 甘辛チキン ★ 葉大根のツナ和え 高野豆腐のみそ汁
6 20	土	焼肉丼 菜の花のみそ和え かぶのすまし汁	きな粉ウエハース  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 たらの梅ソース ラディッシュのゆずドレッシング 山東菜のみそ汁 キウイフルーツ
8 22	月	玄米入りご飯 まだいのゆかり焼き ピーフンの五目炒め ほうれん草のみそ汁 清見オレンジ	塩昆布おにぎり  いりこ	ミートソーススパゲティ レタスのマヨサラダ たけのこのスープ
9 23	火	玄米入りご飯 鶏肉の唐揚げ ★ ブロッコリーの梅和え 葉大根のみそ汁	9日:菜の花チーズパン おしゃぶり昆布  23日:誕生会	納豆ご飯 ほっけの塩焼き 小松菜のお浸し チンゲン菜のみそ汁 デコボン
10 24	水	たけのこご飯 鱈のチーズ焼き 春大根のさっぱり 京菜のすまし汁	クリームサンド クラッカー	玄米入りご飯 豆腐入りミートローフ のらぼう菜とじゃこのサラダ 春キャベツのみそ汁
11 25	木	春野菜の手作りチキンカレーライス 海藻サラダ ヨーグルト	小松菜と小豆の パウンドケーキ  いりこ	玄米入りご飯 初かつおのおろしがけ ★ 春キャベツの浅漬け 油揚げのみそ汁
12 26	金	玄米入りご飯 鮭のムニエル ほうれん草のサラダ 生揚げのみそ汁 キウイフルーツ	さつま芋の ホットケーキ  おしゃぶり昆布	玄米入りご飯 鶏肉のごまみそ焼き わかめと桜えびの和え物 レタスのすまし汁
13 27	土	玄米入りご飯 豆腐のピザ風焼き ハリハリ漬け 菜の花のみそ汁	のり揚げせんべい  いりこ	玄米入りご飯 カレイのカレー焼き 京菜とささ身のサラダ わさび菜のみそ汁 清見オレンジ
30	火	玄米入りご飯 鶏肉のマーマレード煮 かぶとちくわのごまマヨ和え さつま芋のみそ汁	カップケーキ  おしゃぶり昆布	タチウオの蒲焼き丼 山東菜とチーズのサラダ 切り干し大根のみそ汁 はっさく

★26日のおやつと夕食は子どもの日行事食になります。

今月の平均 (昼食+おやつ+夕食) の合計					
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩 (ナトリウム量)
	乳児	768kcal	30.8g	24.0g	1.9g
幼児	960kcal	38.5g	30.0g	2.4g	