

# 4月の献立表

なかよし給食センター  
 豊岡市豊岡493-2  
 TEL: (088) 851-7944  
 FAX: (088) 851-7945

令和6年 4月(満洲市認可外保育園)

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
4月1日(月)	マーボー豆腐 春雨サラダ 油淋鶏 卵の中華スープ 麦ご飯 果物(オレンジ)	片栗粉 白ごま、春雨 片栗粉、ごま ごま、片栗粉 米、麦	豆腐(大豆) ハム(乳) 鶏肉 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸 人参、コーン、きゅうり 長ネギ 白菜、人参、えのき、コーン
4月2日(火) (うちなーメニュー)	うちなー風ちゃんぽん 肉団子 もずく酢 なめこのお味噌汁 白米 果物	小麦粉  米	豚肉、ポーク(乳)、卵 鶏肉(乳・卵) 花かつお(魚) 豆腐、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン (玉ねぎ) もずく、大根、きゅうり わかめ、なめこ、万能ねぎ
4月3日(水)	豚肉の卵とじ デリ風かぼちゃサラダ きんぴらごぼう わかめと玉ねぎのお味噌汁 きびご飯 チーズ	マヨネーズ(卵) 白ごま  米、きび	豚肉、卵 ハム(乳) 豚肉 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、白菜、ほうれん草 かぼちゃ、玉ねぎ、きゅうり、コーン ごぼう、人参、こんにゃく わかめ、玉ねぎ、人参、万能ネギ
4月4日(木)	キーマカレー ブロッコリーのおかか和え チキンナゲット 卵スープ 雑穀米 果物(オレンジ)	小麦粉(乳) じゃが芋  米、麦、きび、黒米	豚ミンチ 花かつお(魚) 鶏肉(乳・卵) 卵	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト ブロッコリー、人参、コーン、ひじき  えのき、しめじ、白菜、人参、パセリ
4月5日(金)	肉じゃが ほうれん草のごま和え 納豆 もずくのお味噌汁 白米 果物	じゃが芋 ごま  麺(小麦粉) 米	豚肉  豆(大豆) 豆腐、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン ほうれん草、人参、オクラ  もずく、玉ねぎ、人参、万能ネギ
4月6日(土)	和風ポトフ ひじきとおくらの和風マヨ和え かぼちゃコロケ お味噌汁 白米 果物(オレンジ)	じゃが芋 マヨネーズ(卵)  米	ソーセージ(乳)  鶏ミンチ(乳・卵) 味噌(大豆)	玉ねぎ、キャベツ、人参、しめじ、大根、万能ネギ ひじき、オクラ、玉ねぎ (かぼちゃ・玉ねぎ) わかめ、人参、玉ねぎ、白菜
4月8日(月)	デミハンバーグ サラスパ ブロッコリーと卵炒め オニオンスープ 麦ご飯 果物(オレンジ)	小麦粉(乳) 麺(小麦粉)、マヨネーズ(卵)  米、麦	牛・豚 ハム(乳) 卵、ツナ(魚) ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、しめじ、パセリ ほうれん草、人参、玉ねぎ、コーン ブロッコリー、人参、玉ねぎ、えのき 玉ねぎ、パセリ
4月9日(火)	八宝菜 餃子 ごぼうサラダ 中華スープ 白米 果物	片栗粉 小麦粉 ドレッシング(乳・卵) ごま 米	豚肉、エビ 豚ミンチ(乳) 鶏ささみ カニカマ、卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、ヤングコーン、椎茸、ニラ (キャベツ・ニラ) ごぼう、人参、きゅうり、コーン、きゅうり わかめ、人参、しめじ、白菜
4月10日(水)	肉団子とじゃが芋のトマト煮 シーザーサラダ ツナと茄子のショートパスタ 白菜のコンソメスープ きびご飯 いわしっ子	じゃが芋 ドレッシング(乳・卵) マカロニ(小麦粉)  米、きび	肉団子(乳・卵) ベーコン(乳・卵)、チーズ ツナ(魚)、チーズ(乳) 豚肉	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、えのき、白菜 キャベツ、人参、きゅうり、コーン 玉ねぎ、ブロッコリー、(茄子・ズッキーニ・パプリカ) 白菜、人参、玉ねぎ、パセリ
4月11日(木) (うちなーメニュー)	ふーチャンブルー かぼちゃサラダ ちくわの磯辺揚げ アーサのお味噌汁 白米 果物	麩(小麦粉) マヨネーズ(卵) 小麦粉  米	豚肉、卵 ツナ(魚)、大豆水煮 ちくわ(魚・卵) 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、キャベツ、ニラ かぼちゃ、ほうれん草、玉ねぎ 青のり アーサ、えのき、万能ねぎ
4月12日(金)	鶏そぼろ ひじきのツナマヨサラダ クープイリチー わかめのお味噌汁 雑穀米 チーズ	マヨネーズ(卵)  米、麦、きび、黒米	鶏ミンチ、卵 ツナ(魚) ちくわ(魚・卵) 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ほうれん草、コーン ひじき、人参、コーン、ブロッコリー 昆布、人参、切干大根、大根、こんにゃく、ねぎ 玉ねぎ、わかめ、万能ネギ
4月13日(土)	鮭のちゃんちゃん焼き チキンナゲット ブロッコリーのマヨサラダ ほうれん草のお味噌汁 白米 果物(オレンジ)	マヨネーズ(卵)  米	鮭(魚)味噌、油揚げ(大豆) 鶏肉(乳・卵) 鶏ささみ 味噌(大豆)、油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、インゲン、えのき、しめじ  ひじき、人参、コーン、枝豆 ほうれん草、えのき、
4月15日(月)	豚肉と茄子の味噌炒め わかめとツナの和え物 大学芋 ゆし豆腐 麦ご飯 果物	ごま さつま芋、ごま  米、麦	豚肉、味噌(大豆) ツナ(魚)  味噌(大豆)、豆腐(大豆)	玉ねぎ、人参、茄子、ピーマン、パプリカ わかめ、人参、大根、きゅうり  万能ねぎ

# 4月の献立表

なかよし給食センター  
 豊見城字豊見城493-2  
 TEL: (098) 851-7944  
 FAX: (098) 851-7945

令和6年 4月(満洲市認可外保育園)

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
4月16日(火)	ミートスパゲッティー 鶏のから揚げ テリーヌ オニオンスープ 麵 ヨーグルト	片栗粉 片栗粉  麵(小麦粉)	合い挽きミンチ 鶏肉 ツナ(魚) ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、パセリ  オクラ、人参 玉ねぎ、パセリ
4月17日(水)	豚肉と根菜の味噌炒め オクラとひじきの和風サラダ ブロッコリーとソーセージ炒め 大根のお味噌汁 麦ご飯 いわしっ子	じゃが芋、さつまい ゴマ、マヨネーズ(卵)  米、麦	豚肉、味噌(大豆)  卵、ソーセージ(乳) 油あげ、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ごぼう、インゲン 玉ねぎ、ひじき、オクラ ブロッコリー、人参、しめじ 大根、人参、えのき
4月18日(木)	豚肉と野菜のチャブチエ 鶏しんじょう 中華イカのおえ物 わかめと卵の中華スープ 白米 果物(オレンジ)	春雨、ごま 片栗粉 ごま ごま 米	豚肉 鶏ミンチ(乳・卵)、カニカマ イカ(乳) 卵	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎茸、パプリカ、ニラ 人参、キャベツ、ねぎ 大根、きゅうり、昆布 わかめ、えのき、玉ねぎ、人参、トマト
4月19日(金)	白身魚ときのこあなか 一口とんかつ ブロッコリーとチーズサラダ 豚汁 ひじきご飯 果物	片栗粉 小麦粉、パン粉 ごま、ドレッシング(乳・卵) じゃが芋 米、ごま	白身魚(魚) 豚肉(乳・卵) 鶏ささみ、チーズ(乳) 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン  ブロッコリー、パプリカ、コーン、人参 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ ひじき
4月20日(土) (うちなメニュー)	とーふチャンプルー ねばねばサラダ ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のお味噌汁 白米 果物(オレンジ)	  小麦粉  米	豚肉、豆腐(大豆)、ツナ(魚) 花かつお(魚) ちくわ(魚・卵) 卵、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ もずく、オクラ、なめこ、きゅうり 青のり ほうれん草、玉ねぎ、人参
4月22日(月)	ハンバーグ(オニオンソース) ちくわサラダ 人参しりしり ほうれん草のお味噌汁 きびご飯 果物(オレンジ)	ごま  米、きび	牛・豚(乳) ちくわ(魚・卵) 卵、ツナ(魚) 油揚げ(大豆) 味噌(大豆)	玉ねぎ キャベツ、人参、コーン、枝豆、ひじき 人参、ニラ ほうれん草、玉ねぎ、えのき
4月23日(火)	ハヤシライス スマイルポテト シーザーサラダ マカロニスープ 雑穀米 果物	小麦粉(乳) じゃがいも ドレッシング(乳・卵) マカロニ(小麦粉) 米、麦、きび、黒米	牛肉  チーズ(乳) 鶏ミンチ	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース  キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン 白菜、人参、玉ねぎ、トマト、パセリ
4月24日(水)	鶏肉と野菜の卵とじ わかめと白菜の和え物 ソーセージのケチャップ炒め 大根のお味噌汁 麦ご飯 チーズ	ごま  麵(小麦粉) 米、麦	鶏肉、卵 ツナ(魚) ソーセージ(乳)、卵 味噌(大豆)、油揚げ(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 白菜、人参、わかめ 玉ねぎ、ピーマン 大根、えのき、万能ねぎ
4月25日(木) (うちなメニュー)	カラフルもずく煮 チキンナゲット パパイヤ炒め イナムドゥチ きびご飯 果物(オレンジ)	片栗粉  米、きび	鶏ミンチ 鶏肉(乳・卵) ポーク(乳)、ツナ(魚) 豚肉、かまぼこ(魚・卵) 味噌(大豆)	もずく、玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン、コーン  パパイヤ、人参、ニラ 大根、人参、こんにゃく、椎茸、万能ねぎ
4月26日(金)	高野豆腐の酢豚 オクラとほうれん草の胡麻和え 魚肉ソーセージ卵とじ 中華スープ きびご飯 いわしっ子	片栗粉 ゴマ(乳)  片栗粉 米、きび	高野豆腐(大豆)  フィッシュソーセージ(魚・甲)、卵 卵	玉ねぎ、人参、椎茸、パプリカ、ピーマン、ヤングコーン ほうれん草、オクラ、人参 玉ねぎ、人参、ニラ 玉ねぎ、えのき、万能ネギ
4月27日(土)	ポークチャップ じゃがべー ブロッコリーサラダ コンソメスープ 白米 果物	じゃが芋 ドレッシング(乳・卵)  米	豚肉 ベーコン(乳・卵) ツナ(魚) 鶏ミンチ	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、カットトマト 玉ねぎ、人参、パプリカ、パセリ ブロッコリー、人参、コーン、ひじき 白菜、玉ねぎ、人参、パセリ
4月30日(火)	五目きんぴら チキンチーズ大葉巻き ブロッコリーのツナサラダ わかめと卵のお味噌汁 麦ご飯 果物(オレンジ)	すりゴマ 小麦粉、パン粉 ゴマ  米、麦	豚肉、ちくわ(卵、魚) チーズ、鶏肉(乳・卵) ツナ(魚)、チーズ(乳) 卵、味噌	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく 大葉 ブロッコリー、コーン、人参 わかめ、玉ねぎ、えのき

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承願います。

	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
給与栄養目標量	580	20	16~19	200	1.9
平均給与栄養量	594	23.6	18	256	1.7