



4 月 給 食 献 立(乳児・幼児食)

4月2日～4月16日給食献立

平成30年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼 食	3時のおやつ	材 料 名
			乳児・幼児食		
2	月	牛乳 星たべよ	豚肉とキャベツのごま味噌井 きゅうりのかつお和え 手鞠麩のすまし汁	牛乳 マーマレード蒸しパン	米・豚肉・酒・キャベツ・人参・ごま油・味噌・みりん・上白糖・しょうゆ・ごま きゅうり・人参・かつお節・しょうゆ・上白糖 手鞠麩・玉ねぎ・人参・みつば・しょうゆ・塩 牛乳・小麦粉・上白糖・マーマレード・ベーキングパウダー・塩・なたね油
3	火	牛乳 オレンジ	ハヤシライス コールスローサラダ りんご	牛乳 バタークッキー	米・牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・なたね油・トマト缶・ケチャップ・ピーフシチュールー・ハヤシフレーク キャベツ・コーン・人参・マヨネーズ・酢・上白糖・塩 りんご 牛乳・小麦粉・ベーキングパウダー・上白糖・有塩バター
4	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 鶏の照り焼き ひじきの煮物 味噌汁	牛乳 いちごミルク寒天	米・鶏肉・しょうゆ・上白糖・みりん・酒 揚げ・ひじき・絹さや・人参・上白糖・みりん・しょうゆ 白菜・じゃが芋・玉ねぎ・ねぎ・味噌 牛乳/牛乳・ストロベリーソース・上白糖・寒天
5	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 カレイの煮つけ ほうれん草の和え物 味噌汁	牛乳 いももち (郷土料理・北海道)	米・カレイ・しょうが・しょうゆ・上白糖 ほうれん草・人参・ちくわ・しょうゆ・上白糖 大根・えのき・揚げ・わかめ・味噌 牛乳・じゃが芋・片栗粉・酒・しょうゆ・塩
6	金	牛乳 満月ポン	ミートスパゲティ 南瓜サラダ キャベツのスープ	お茶 ごま塩おにぎり	スパゲティ・塩・なたね油・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・なたね油・ケチャップ・トマト缶・ウスターソース かぼちゃ・人参・きゅうり・マヨネーズ キャベツ・玉ねぎ・しめじ・パセリ・コンソメ・塩 ほうじ茶・米・塩・ごま・のり
7	土	牛乳 ハッピーターン	焼肉丼 中華スープ	牛乳 バナナ ぼたぼた焼き	米・牛肉・キャベツ・人参・もやし・ピーマン・なたね油・しょうゆ・塩・上白糖・ごま油 豆腐・玉ねぎ・しめじ・ねぎ・鶏がらだし・塩 牛乳・バナナ・ぼたぼた焼
9	月	牛乳 星たべよ	ミンチカレー 大根サラダ ピーチゼリー	牛乳 ポップコーン	米・合挽きミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・グリーンピース・カレールー・カレー粉・なたね油・にんにく・りんご 大根・人参・きゅうり・酢・なたね油・塩・上白糖 ももゼリー 牛乳・ポップコーン・なたね油・塩
10	火	牛乳 りんご	ご飯 鶏のごまだれ焼き 小松菜の和え物 味噌汁	牛乳 ひじき入りドーナツ	米・鶏肉・ごま・しょうゆ・みりん・酒 小松菜・人参・ちくわ・しょうゆ・上白糖 かぼちゃ・玉ねぎ・しめじ・ねぎ・味噌 牛乳・ホットケーキミックス・ひじき・なたね油
11	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 ジャージャン豆腐 華風きゅうり 春雨スープ	牛乳 みかんヨーグルト	米・厚揚げ・豚肉・たけのこ・人参・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・鶏がらだし・上白糖・酒・味噌・しょうゆ・しょうが きゅうり・人参・ごま・酢・しょうゆ・上白糖・ごま油 春雨・玉ねぎ・青梗菜・えのき・鶏がらだし・塩 牛乳・ヨーグルト・みかん缶・上白糖
12	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 白身魚のフライ 白菜の酢の物 若竹汁	牛乳 マフィン	米・バスア・塩・小麦粉・鶏卵・パン粉・植物油・とんかつソース 白菜・人参・酢・しょうゆ・上白糖 たけのこ・玉ねぎ・人参・わかめ・しょうゆ・塩 牛乳・有塩バター・上白糖・スキムミルク・鶏卵・小麦粉・ベーキングパウダー
13	金	牛乳 満月ポン	お花見うどん かぼちゃの煮物 オレンジ	お茶 トマトおにぎり	うどん・鶏肉・揚げ・玉ねぎ・人参・小松菜・みりん・しょうゆ・だし汁 かぼちゃ・上白糖・しょうゆ・だし汁・グリーンピース オレンジ ほうじ茶・米・玉ねぎ・ウインナー・トマト缶・コンソメ・塩・グリーンピース
14	土	牛乳 ハッピーターン	鶏そぼろ丼 味噌汁	牛乳 バナナ 味しらべ	米・鶏ミンチ・玉ねぎ・しょうゆ・上白糖・みりん・だし汁・片栗粉・なたね油・ほうれん草・人参・のり さつま芋・玉ねぎ・キャベツ・ねぎ・味噌 牛乳・バナナ・味しらべ
16	月	牛乳 星たべよ	ウインナーチャーハン 春雨サラダ 中華スープ	牛乳 フレンチトースト	米・ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・なたね油・塩・しょうゆ 春雨・人参・きゅうり・酢・なたね油・上白糖・しょうゆ 豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・しめじ・鶏がらだし・塩 牛乳・食パン・牛乳・鶏卵・有塩バター・上白糖

4月給食献立(乳児・幼児食)

4月17日～4月28日給食献立

平成30年度 池上わかばこども園

都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名
			乳児・幼児食		
17	火	牛乳 バナナ	☆お誕生会☆ ご飯・ハンバーグ ブロッコリーサラダ コーンスープ	牛乳 りんごケーキ	米・合挽きミンチ・玉ねぎ・パン粉・鶏卵・牛乳・塩・なたね油・ケチャップ ブロッコリー・パプリカ(赤)・パプリカ(黄)・和風ドレ コーンクリームスープ・コーン・スキムミルク・パセリ・コンソメ・塩 牛乳・鶏卵・上白糖・小麦粉・なたね油・牛乳・りんご
18	水	牛乳 ぱりんこ	ご飯 牛肉の甘辛煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁	牛乳 雪の宿 ミックスラムネ	米・牛肉・玉ねぎ・しょうが・なたね油・上白糖・しょうゆ・みりん キャベツ・人参・しその香・しょうゆ もやし・しめじ・揚げ・ねぎ・味噌 牛乳・雪の宿・ラムネ
19	木	牛乳 たべっ子ベイビー	たけのご飯 白身魚のごまだれ焼き きゅうりの酢の物 味噌汁	牛乳 にんじんポンチ	米・揚げ・しょうゆ・人参・たけのこ・塩・だし汁・グリーンピース・ホキ・ごま・しょうゆ・みりん・酒 きゅうり・人参・わかめ・酢・上白糖・しょうゆ 玉ねぎ・白菜・えのき・ねぎ・味噌 牛乳・寒天・野菜ジュース・上白糖・みかん缶
20	金	牛乳 満月ポン	コーンラーメン 大根ナムル 黄桃缶	お茶 昆布おにぎり	中華そば・豚肉・もやし・コーン・人参・ほうれん草・鶏がらだし・ごま油・酒・しょうゆ・塩・ねぎ・しょうが・みりん・のり 大根・人参・ごま・ごま油・しょうゆ・上白糖 黄桃缶 ほうじ茶・米・塩昆布
21	土	牛乳 ハッピーターン	五目豆腐丼 味噌汁	牛乳 バナナ アスパラガス ビスケット	米・豆腐・豚ミンチ・椎茸・人参・玉ねぎ・グリーンピース・片栗粉・上白糖・しょうゆ・塩・なたね油 玉ねぎ・キャベツ・なめこ・ねぎ・味噌 牛乳・バナナ・アスパラガスビスケット
23	月	牛乳 星たべよ	散らし寿司 インゲンのごま和え にゅうめん汁	牛乳 ふのラスク	米・酢・上白糖・塩・高野豆腐・人参・干し椎茸・しょうゆ・鮭フレークのり・絹さや・鶏卵・なたね油 インゲン・人参・しょうゆ・上白糖・ごま そうめん・色板・みつば・しょうゆ・塩 牛乳・おつゆ麩・マーガリン・上白糖
24	火	牛乳 オレンジ	ロールパン クリームシチュー キャベツのサラダ りんご	牛乳 豆腐スコーン	ロールパン・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・ブロッコリー・人参・クリームシチュールー・牛乳 キャベツ・人参・パプリカ(黄)・酢・なたね油・塩・上白糖 りんご 牛乳・小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐・牛乳・有塩バター・上白糖
25	水	牛乳 ぱりんこ	《4・5歳遠足》 ご飯 豚肉のマーメレード焼き 切干大根の煮物・味噌汁	牛乳 ぼたぼた焼き マリービスケット	米・豚肉・玉ねぎ・しょうゆ・マーメレード 切干大根・揚げ・人参・干し椎茸・なたね油・しょうゆ・上白糖・グリーンピース さつま芋・玉ねぎ・えのき・ねぎ・味噌 牛乳・ぼたぼた焼・マリービスケット
26	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 白身魚の天ぷら 青梗菜のお浸し 味噌汁	牛乳 プリン	米・たら・酒・塩・小麦粉・鶏卵・植物油 青梗菜・しめじ・人参・上白糖・しょうゆ・だし汁 玉ねぎ・豆腐・揚げ・ねぎ・味噌 牛乳・プリンミックス・牛乳・ホイップ
27	金	牛乳 満月ポン	わかめうどん じゃが芋の煮物 オレンジ	牛乳 菜めしおにぎり	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・揚げ・干し椎茸・わかめ・ねぎ・しょうゆ・みりん・塩・だし汁 じゃが芋・人参・だし汁・上白糖・塩・しょうゆ・グリーンピース オレンジ 牛乳・米・菜めしの素
28	土	牛乳 ハッピーターン	ピラフ トマトスープ	牛乳 バナナ ビスコ	米・ウインナー・玉ねぎ・人参・コーン・パセリ・塩・こしょう・コンソメ・植物油 トマト缶・キャベツ・玉ねぎ・大豆・パセリ・コンソメ・塩 牛乳・バナナ・ビスコ

△元気の源・朝ごはん△

1日を元気に過ごすために、朝ごはんをしっかりと食べましょう。夜寝ている間に体温は下がりますが、朝ごはんを食べることで上がっていき、体を動かす準備や脳が働くためのエネルギーに変わります。朝ごはんを食べていないと集中力に差が出てきます。朝ごはんは大切です。



★食事の約束★

食事を食べる前に手を洗う、あいさつをして食べる、よく噛んで何でも食べる、食事中はテレビを消す、食後はすぐに激しい運動をしないなど、食事をするときの約束を決めておきましょう。家族やお友だちと一緒に食べると、とても楽しいですね。