



入園、進級から1か月経ちました。子どもたちは、新しいクラス、先生、お友達にも少しずつ慣れてきた様子が見られます。園庭で元気に遊んだり、お散歩をしたりして、しっかり体を動かし毎日楽しく過ごしています。給食時には、一緒に食べたいお友達と、それぞれが食べたい量の給食を美味しく食べています。

さやま保育園
2024. 5. 1

	曜日	献立名	体の血や肉を作る 赤の仲間	体を病気から守る 緑の仲間	強い力を作る 黄色の仲間	3歳未満児 主食	午前 おやつ	3時 おやつ	3歳以上児 エネルギー タンパク質 食塩相当量
15	水	鶏のすっぱ煮 ソラマメサラダ 味噌汁 もも缶	鶏肉、うずら卵 いりこ、油揚げ、味噌	ソラマメ、人参 コーン、レモン汁 南瓜、玉ねぎ、ねぎ もも缶	砂糖、じゃがいも	わかめご飯	りんごジュース ビスコ	牛乳 ①ビスケット ⑤オレンジ ケーキ	416 18.1 1.7
16	木	厚焼き玉子 洋風おろし和え 里芋の土佐煮 オレンジ	鶏ミンチ、卵 ハム、鯉節	人参、玉ねぎ、胡瓜 大根、オレンジ	砂糖、油 里芋	ゆかりご飯	牛乳 せんべい	牛乳 グリーンピース おにぎり	447 19.5 1.4
17	金	スパゲティナポリタン しらす酢の物 南瓜グラッセ パイン缶	ベーコン、豚肉 しらす	玉ねぎ、人参、南瓜 ピーマン、胡瓜 わかめ、パイン缶	スパゲッティ マーガリン、砂糖	スパゲティ ナポリタン	牛乳 卵ボーロ	牛乳 バナナコッタ	452 15.3 1.1
20	月	オレンジ焼き しょうゆフレンチ 牛肉とれんこん煮 オレンジ	鶏肉、ハム、鯉節 牛肉	マーメイド、生姜 ニンニク、ほうれん草 キャベツ、れんこん 人参、オレンジ	砂糖、油、しらたき ごま油、ごま	白ご飯	牛乳 ウエハース	牛乳 カルピス ボンチ	344 14.9 1.3
7	火	高野豆腐の揚げ煮 おかか和え 人参シリシリ パイン缶	高野豆腐、竹輪 油揚げ、鯉節 ツナ缶、卵	昆布、小松菜、人参 しめじ、玉ねぎ もやし、にら パイン缶	片栗粉、油 砂糖	ふりかけご飯	牛乳 バナナ	牛乳 おかき	376 18.3 1.5
21	火	♪ お誕生会 ♪ ツナご飯 ガーリックチキン ハンサンスー かきたま汁 ゴールドキウイ	ツナ缶、鶏肉 ハム、鯉節、卵	生姜、青じそ ニンニク、胡瓜 昆布、しめじ ねぎ、玉ねぎ ゴールドキウイ	ごま、砂糖 はるさめ、ごま油	ツナご飯	牛乳 バナナ	牛乳 トライフル	512 21.9 2.9
22	水	北海かき揚げ もやしナムル 中華風スープ バナナ	鮭、卵	アスパラガス、コーン 玉ねぎ、もやし、人参 わかめ、青梗菜、ねぎ バナナ	てんぷら粉、油 ごま、ごま油	わかめご飯	りんごジュース クラッカー	牛乳 ハムチーズ 蒸しパン	410 17.5 1.3
23	木	厚揚げのそぼろ煮 オーロラサラダ 切干大根の焼きそば オレンジ	厚揚げ、豚ミンチ 卵、豚肉	えのき、人参、玉ねぎ グリーンピース、胡瓜 切干大根、キャベツ オレンジ	砂糖、片栗粉 マカロニ マヨネーズ	ふりかけご飯	りんごジュース ビスケット	牛乳 ピザ トースト	451 23.0 2.3
24	金	ブルコギ丼 シルバーサラダ 南瓜煮 パイン缶	牛肉、ちくわ	玉ねぎ、人参、もやし ピーマン、胡瓜 南瓜、パイン缶	砂糖、ごま 春雨、マヨネーズ	ブルコギ丼	牛乳 ヨーグルト	牛乳 コーンフレーク クッキー	469 13.5 1.4
27	月	チキン南蛮 キャベツのツナ和え 豆乳入り味噌汁 バナナ	鶏肉、卵、ツナ缶 豆乳、いりこ、みそ	玉ねぎ、パセリ キャベツ、コーン ほうれん草、しめじ	小麦粉、砂糖、油 マヨネーズ	わかめご飯	牛乳 クラッカー	牛乳 もちもち チーズパン	433 16.8 1.5
28	火	魚の味噌照り焼き アスパラの磯和え クラムチャウダー オレンジ	魚、味噌、アサリ 牛乳	生姜、アスパラガス 胡瓜、のり、コーン 玉ねぎ、人参 マッシュルーム オレンジ	砂糖、じゃがいも マーガリン	白ご飯	りんごジュース チーズ	牛乳 ほうれん草の カップケーキ	398 16.8 1.6
29	水	ホイコーロー ささみのサラダ さつま芋の塩こぶ煮 パイン缶	豚肉、赤みそ ささみ	玉ねぎ、人参 キャベツ、ピーマン 豆苗、レモン 塩昆布、パイン缶	油、砂糖、さつま芋	白ご飯	牛乳 オレンジ	牛乳 ツナコーン おにぎり	421 18.2 1.0
30	木	豆腐ハンバーグ かみかみ和え ラタトゥイユ風スープ オレンジ	豚ミンチ、豆腐、牛乳 卵、さきいか、焼き豚 ベーコン	玉ねぎ、大根、胡瓜 人参、トマト、ナス ニンニク、オレンジ	パン粉、油、ごま ごま油、砂糖 オリーブオイル	わかめご飯	牛乳 レーズンパン	牛乳 南瓜ヨーグルト ケーキ	381 19.0 1.6
31	金	ハヤシライス ごぼうサラダ カラフルオムレツ オレンジ	牛肉、ベーコン 豚ミンチ、卵	玉ねぎ、人参、ごぼう グリーンピース コーン、パプリカ オレンジ	じゃが芋、マヨネーズ ごま、砂糖	ハヤシライス	牛乳 クッキー	牛乳 オレンジ ゼリー	400 14.5 1.7