2021年度4月

献　立　表

☆都合により献立を変更することがあります。

ハレルヤ保育園
0728685541

ご入園ご進級おめでとうございます

新年度がスタートしました。新しい環境に慣れるまでさまざまなことがあると思います。
はじめは子どもたちもなかなか給食を食べることができないかもしれません。
子ども達のペースにあわせてゆっくりすすめていきたいと考えています。
子ども達に「食べるって楽しい！」と思ってもらえるような給食を
作っていきたいと思っています。
食事の事でお困りのことなどがありましたらお気軽にご相談ください。
１年間よろしくお願いいたします。

	園基準	4月1日平均
エネルギー	464	518
たんぱく質	17.4	20.5
脂質	15	16.5
カルシウム	214	275
鉄	2.3	2.3

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 牛乳 お菓子（クッキー） 御飯 / 胚芽米 ハヤシライス / 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん マッシュルーム 油 ハヤシルウ ケチャップ 黒ごまサラダ / きゅうり ブロッコリー トマト 黒ごま 塩 牛乳 / 牛乳 ほうれん草のマドレーヌ / ほうれんそう ホットケーキ粉 スキムミルク バター りんご / りんご	**2** 牛乳 米菓 麦御飯 / 胚芽米 押麦 鯖の塩焼き / さば 塩 油 酒 五目豆 / だいず水煮 干ししいたけ だいこん にんじん いんげん 三温糖 しょうゆ だし 野菜のスープ煮 / 鶏ひき肉 キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう えのき コンソメ 塩 牛乳 / 牛乳 納豆おやき / 納豆 キャベツ うめ干し ごま あおのり 米粉 片栗粉 ごま油 しょうゆ しらす干し バナナ / バナナ	**3** 牛乳 お菓子（あられ） 肉みそラーメン / 中華めん 豚ひき肉 たまねぎ ピーマン 干ししいたけ 油 酒 塩 中華だし にんじん しょうゆ 片栗粉 三温糖 じゃがベーコンのチーズ焼き / じゃがいも 塩 ベーコン パセリ 油 チーズ 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい プチゼリー / プチゼリー2個
5 牛乳 米菓 御飯 / 胚芽米 白身魚の香り蒸し / かれい しょうが しょうゆ 酒 チンゲンサイ えのき ねぎ ごま油 塩 蒸し野菜のサラダ / ブロッコリー キャベツ にんじん さつまいも 塩 油 レモン果汁 ごんぼ汁 / 鶏肉 にんじん ごぼう だいこん ねぎ しょうゆ 塩 油揚げ おから こんぶ だし 酒 牛乳 / 牛乳 もちもち芋まんじゅう / さつまいも 米粉 片栗粉 塩 三温糖 バナナ / バナナ	**6** 牛乳 お菓子（煎餅） 御飯 / 胚芽米 松風焼き / 鶏ひき肉 豆腐 たまねぎ 片栗粉 みそ 酒 みりん ごま あおのり なばなとツナのごま和え / なばな にんじん ツナ ごま しょうゆ 豆腐すまし汁 / 豆腐 こまつな にんじん えのき 油揚げ こんぶ だし しょうゆ 塩 牛乳 / 牛乳 あんぱん / フランスパン ゆであずき プルーン / プルーン	**7** 牛乳 米菓 たけのこ御飯 / 胚芽米 油揚げ たけのこ にんじん しいたけ しょうゆ 酒 塩 だし あじの煮つけ / あじ しょうゆ 三温糖 酒 しょうが だし ブロッコリーの玉葱ドレッシング / ブロッコリー きゅうり にんじん コーン たまねぎ レモン果汁 油 三温糖 大根のみそ汁 / 生揚げ 豆腐 だいこん さつまいも ほうれんそう ねぎ だし みそ 牛乳 / 牛乳 大学かぼちゃ / かぼちゃ 油 三温糖 みりん しょうゆ 黒ごま バナナ / バナナ	**8** 牛乳 お菓子（クッキー） パン / パン 野菜グラタン / ベーコン ほうれんそう たまねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー 油 豆乳 ホワイトソース チーズ ひじきの和風サラダ / ひじき コーン きゅうり ノンオイルドレッシング コーンスープ / コーン クリームコーン ねぎ にんじん わかめ チンゲンサイ コンソメ 塩 こしょう しめじ 牛乳 / 牛乳 五平餅 / 胚芽米 もち米 みそ 三温糖 みりん ひじき りんご / りんご	**9** 牛乳 米菓 麦御飯 / 胚芽米 押麦 鮭のムニエル / さけ 塩 小麦粉 バター こしょう たけのこと根菜の煮物 / たけのこ ごぼう にんじん きぬさや 干ししいたけ 油 だし しょうゆ 三温糖 豚汁 / 豚肉 かぼちゃ だいこん ごぼう ねぎ はくさい こんにゃく 生揚げ だし みそ ごま油 豆腐 牛乳 / 牛乳 枝豆とチーズの蒸しパン / 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 チーズ えだまめ スキムミル オレンジ / オレンジ	**10** 牛乳 お菓子（あられ） カレー風味のトマトライス / 胚芽米 牛肉 たまねぎ にんじん コーン しょうが にんにく 油 ホールトマト トマトピューレ 米粉 三温糖 コンソメ 塩 カレー粉 わかめスープ / 豆腐 にんじん たまねぎ こまつな わかめ ごま 中華だし しょうゆ 塩 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい プチゼリー / プチゼリー2個
12 牛乳 米菓 たけのこ入り混ぜご飯 / 胚芽米 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ しょうゆ 酒 みりん だし たらの磯辺揚げ / たら しょうゆ みりん 米粉 片栗粉 あおのり 油 小松菜の納豆あえ / こまつな にんじん 納豆 しょうゆ かつお節 豆腐のすまし汁 / 豆腐 だいこん チンゲンサイ ねぎ にんじん 油揚げ しょうゆ 塩 こんぶ だし 牛乳 / 牛乳 ふるふるデザート / 豆乳 コーンスターチ 三温糖 みかん もも パイン グレープフルーツ / グレープフルーツ	**13** 牛乳 お菓子（煎餅） 御飯 / 胚芽米 肉豆腐 / 豚肉 豆腐 たまねぎ ねぎ えのき しょうゆ みりん 三温糖 小松菜のおひたし / こまつな にんじん しらす干し だし しょうゆ 納豆のみそ汁 / だいこん にんじん こまつな 納豆 ねぎ だし みそ 牛乳 / 牛乳 おはぎ / 胚芽米 もち米 きな粉 三温糖 塩 バナナ / バナナ	**14** 牛乳 米菓 御飯 / 胚芽米 あじのバターしょうゆ焼き / あじ 酒 にんにく 塩 バター しょうゆ たけのこのおかか煮 / たけのこ にんじん しょうゆ みりん かつお節 三温糖 だし はるさめスープ / はるさめ たまねぎ えのき にんじん ねぎ 油 中華だし 塩 ごま 貝柱 牛乳 / 牛乳 スイートポテト / さつまいも 豆乳 米粉 三温糖 塩 油 ごま プルーン / プルーン	**15** 牛乳 お菓子（クッキー） 御飯 / 胚芽米 豚肉の香味焼き / 豚肉 にんにく しょうゆ 酒 片栗粉 油 もやし にんじん ベイクド里芋 / さといも 片栗粉 油 塩 あおのり 小松菜のみそ汁 / 油揚げ こまつな たまねぎ わかめ にんじん キャベツ だし みそ 牛乳 / 牛乳 よもぎ入り豆腐団子 / 白玉粉 上新粉 豆腐 よもぎ きな粉 三温糖 塩 りんご / りんご	**16** 牛乳 米菓 麦御飯 / 胚芽米 押麦 焼きさわらのもやしあんかけ / さわら 塩 もやし にんじん ねぎ だし しょうゆ 酒 ごま油 片栗粉 添え野菜 / スナップえんどう マヨドレ じゃがいも 塩 あおのり 麸のみそ汁 / 麸 たまねぎ なす じゃがいも にんじん ねぎ みそ だし 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい バナナ / バナナ	**17** 牛乳 お菓子（あられ） カレーうどん / ゆでうどん 豚肉 たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ カレー粉 しょうゆ みりん 塩 片栗粉 だし こんぶ すごもり卵 / キャベツ にんじん ベーコン 油 塩 卵 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい プチゼリー / プチゼリー2個
19 牛乳 米菓 御飯 / 胚芽米 さばの竜田揚げ / さば しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉 油 ほうれん草とコーンのソテー / ほうれんそう コーン しめじ ねぎ 油 塩 こしょう しょうゆ ベーコン うどん入り五目みそ汁 / 干しうどん だいこん にんじん ごぼう 油揚げ こまつな ねぎ だし みそ 牛乳 / 牛乳 もちもちばん / 白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 黒ごま 油 りんご / りんご	**20** 牛乳 お菓子（煎餅） 御飯 / 胚芽米 焼きしゅうまい / 豚ひき肉 たまねぎ キャベツ しょうが 酒 塩 しょうゆ ごま 油 片栗粉 シュウマイの皮 アスパラとじゃこのあえ物 / グリーンアスパラ にんじん 三温糖 しらす干し ごま油 しょうゆ 中華スープ / 貝柱 はるさめ キャベツ コーン こまつな もやし しょうゆ 酒 みりん 中華だし 牛乳 / 牛乳 りんごケーキ / りんご ごま 米粉 ベーキングパウダー 三温糖 塩 油 シナモン 干しぶどう 粉糖 バナナ / バナナ	**21** 牛乳 米菓 御飯 / 胚芽米 かじきのカレームニエル / かじき 塩 こしょう 小麦粉 バター カレー粉 ポテトサラダ / じゃがいも きゅうり コーン おから 酢 油 三温糖 塩 南瓜みそ汁 / 生揚げ かぼちゃ なす たまねぎ にんじん こまつな ねぎ だし みそ 牛乳 / 牛乳 さと芋のみたらし団子 / さといも 上新粉 三温糖 しょうゆ 三温糖 プルーン / プルーン	**22** 牛乳 お菓子（クッキー） 御飯 / 胚芽米 ナゲット / 鶏ひき肉 おから たまねぎ にんにく しょうが 塩 こしょう 片栗粉 油 ケチャップ 小松菜とツナのごま和え / ツナ こまつな にんじん ごま しょうゆ 豆腐スープ / 豆腐 にら にんじん わかめ チンゲンサイ きくらげ 中華だし しょうゆ 塩 牛乳 / 牛乳 豆乳みかんババロア風 / 米粉 三温糖 かんてん 豆乳 みかん バナナ / バナナ	**23** 牛乳 米菓 わかめ御飯 / 炊き込みわかめ ごま 胚芽米 押麦 味噌肉じゃが / 豚肉 たまねぎ しめじ じゃがいも にんじん いんげん 油 みりん 三温糖 だし 酒 みそ しょうゆ ほうれん草と豆腐のごま和え / ほうれんそう キャベツ ひじき しょうゆ 塩 ごま 豆腐 三温糖 サーモン豆乳シチュー / さけ 酒 じゃがいも にんじん たまねぎ いんげん 油 豆乳 コンソメ 塩 米粉 牛乳 / 牛乳 ツナパン / ホットケーキ粉 牛乳 ツナ たまねぎ マヨドレ パセリ オレンジ / オレンジ	**24** 牛乳 お菓子（あられ） トマトリゾット / 胚芽米 たまねぎ にんじん えのき 油 豆乳 ツナ にんにく ホールトマト クリームコーン コンソメ 塩 パセリ キャベツみそ汁 / 豆腐 キャベツ にんじん 油揚げ わかめ みそ だし 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい プチゼリー / プチゼリー2個
26 牛乳 米菓 御飯 / 胚芽米 鮭のフライ / さけ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ 切干大根のイタリアンサラダ / 切り干しだいこん ベーコン にんにく オリーブ油 赤ピーマン グリーンアスパラ ひじき 酢 三温糖 塩 しょうゆ 豆乳汁 / あさり水煮 酒 チンゲンサイ キャベツ たまねぎ にんじん コーン 豆乳 中華だし 塩 牛乳 / 牛乳 かみかみごはんせんべい / 胚芽米 こまつな チーズ 黒ごま 干しえび しょうゆ ごま油 グレープフルーツ / グレープフルーツ	**27** 牛乳 お菓子（煎餅） 御飯 / 胚芽米 バーベキューチキン / 鶏肉 たまねぎ りんご しょうゆ 塩 はちみつ ピーマンのツナあえ / ピーマン ひじき コーン ツナ ねりごま 三温糖 しょうゆ 酢 豆腐旨煮椀 / 豆腐 鶏ささ身 キャベツ にんじん しいたけ ねぎ 酒 塩 こしょう 片栗粉 ごま油 牛乳 / 牛乳 じゃがおやき / じゃがいも 小麦粉 塩 コーン ハム バター りんご / りんご	**28** 牛乳 米菓 麦御飯 / 胚芽米 押麦 白身魚の照り焼き / かれい 酒 油 三温糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ブロッコリーの三色サラダ / ブロッコリー にんじん コーン 塩 酢 こしょう 油 長芋の味噌汁 / 生揚げ ながいも わかめ にんじん ほうれんそう だし みそ 牛乳 / 牛乳 胡麻みたらし団子 / 白玉粉 豆腐 三温糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ごま プルーン / プルーン	**29** 昭和の日	**30** 牛乳 お菓子（クッキー） ふりかけ御飯 / 胚芽米 ひじき 油 しそふりかけ 豆腐と青菜のチャンプルー / 豆腐 豚肉 酒 片栗粉 油 チンゲンサイ ごま油 しょうゆ 塩 にんじん 芋もち / じゃがいも 塩 米粉 油 しょうゆ あおのり たらちり汁 / かれい 豆腐 しいたけ にんじん こまつな はくさい ゆず こんぶ だし しょうゆ 牛乳 / 牛乳 お菓子 / クッキー せんべい バナナ / バナナ	