

2023年度 4月 昼食 予定献立表 戸塚児童園

日付	午前 おやつ (乳児)	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質	材 料 名 (○は午後おやつ)			軽食
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	牛乳	マーボー春雨丼 キャベツの塩昆布和え 豆腐とえのきの味噌汁	お菓子 牛乳	525.2(455.6) 18.9(16.6)	米、○源氏パイ、○ソフトお せんべい、はるさめ、砂糖、ご ま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉、米み そ	キャベツ、たまねぎ、にんじ ん、えのきたけ、ねぎ、きゅう り、塩こんぶ、しょうが	
03 月	牛乳	スパゲッティイタリアン キュービックサラダ 青梗菜とコーンのスープ	梅おかかおにぎり お茶	446.8(418.5) 16.9(16.8)	○米、スパゲティー、油、砂 糖	鶏ひき肉、チーズ、○かつお 節	たまねぎ、にんじん、きゅうり、 キャベツ、チンゲンサイ、トマ トピューレ、コーン、ピーマ ン、○うめ干し	バナナ
04 火	牛乳	ごはん メカジキの唐揚げ ブロッコリーの胡麻和え キャベツの味噌汁 幼児:清見オレンジ	スコーン 乳児:お茶 幼児:牛乳	564.9(414.8) 26.4(19.1)	米、○小麦粉、小麦粉、油、 ○砂糖、ごま、砂糖	めかじき、○豆乳、○バター、 米みそ	ブロッコリー、きよみ、にんじ ん、キャベツ、たまねぎ、しょ うが	わかめご飯
05 水	牛乳	カレーライス きゅうりとわかめの酢の物 もやしのスープ 乳児:清見オレンジ	ハニートースト 牛乳	548.8(473.7) 19.0(16.7)	米、○食パン、じゃがいも、○ マーガリン、○はちみつ、砂 糖、ごま、油	豚肩ロース肉、カレールウ	きゅうり、たまねぎ、もやし、に んじん、カットわかめ、きよみ	ツナマヨご飯
06 木	牛乳	食パン ハンバーグ ごぼうのサラダ 春雨スープ	韓国風混ぜご飯 お茶	454.9(424.9) 19.2(18.7)	食パン、○米、マヨネーズ、 はるさめ、○砂糖、ごま、片栗 粉、○ごま油、砂糖	豚ひき肉、豆乳、○豚ひき 肉、凍り豆腐	たまねぎ、にんじん、ごぼう、 ○にんじん、きゅうり、○きゅう り、チンゲンサイ、○しょうが	粉吹き芋
07 金	牛乳	ごはん 鶏肉の磯辺焼き 切干大根の旨煮 白菜の味噌汁	ツナコーンパン ケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	588.5(439.2) 26.1(19.0)	米、○ホットケーキミックス、 ○マヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、○豆乳、○ツナ、 油揚げ、米みそ	はくさい、たまねぎ、○コー ン、切り干しだいこん、にんじ ん、○たまねぎ、あおのり、○ パセリ	ひじきご飯
08 土	牛乳	豚肉の味噌丼 温野菜 ほうれん草のすまし汁	バナナ おせんべい 牛乳	509.6(431.0) 15.8(13.7)	米、さつまいも(皮付)、○ソ フトおせんべい、油、砂糖	豚肩ロース肉、米みそ	○バナナ、にんじん、たまね ぎ、ピーマン、ほうれんそう	
10 月	牛乳	ごはん 鱈の幽庵焼き きんぴらごぼう 油揚げと玉ねぎの味噌汁	マカロニきな粉 乳児:お茶 幼児:牛乳	555.5(412.7) 27.1(19.7)	米、○マカロニ、○砂糖、ご ま、砂糖、ごま油	さむら、○きな粉、油揚げ、米 みそ	にんじん、ごぼう、たまねぎ、 ゆず果汁	青菜ご飯
11 火	牛乳	ごはん 肉豆腐 さつま芋の甘煮 切干大根の味噌汁	オレンジ蒸しパン 乳児:お茶 幼児:牛乳	635.3(476.5) 23.9(17.2)	さつまいも(皮付)、米、○ ホットケーキミックス、○砂 糖、砂糖、油	木綿豆腐、豚肩ロース肉、○ 豆乳、米みそ	たまねぎ、ねぎ、○オレンジ 濃縮果汁、切り干しだいこん	おかかご飯
12 水	牛乳	ハイジパン 鶏肉のチーズ焼き 大根とかにかまのサラダ わかめのスー プ	中華風塩昆布お にぎり お茶	397.9(379.2) 20.9(20.0)	○米、ハイジパン、マヨネー ズ、○ごま、○ごま油	鶏もも肉、かにかまぼこ、ピザ 用チーズ	だいこん、きゅうり、たまねぎ、 ○塩こんぶ、カットわかめ	バナナ
13 木	牛乳	ごはん 鯖の味噌煮 筍と根菜の煮物 豆腐と小松菜のすまし汁	ピザトースト 牛乳	563.1(478.3) 27.4(23.3)	米、○食パン、砂糖	さば、絹ごし豆腐、○ペー コン、○ピザ用チーズ、米みそ	だいこん、たけのこ、にんじ ん、○たまねぎ、ごまつな、○ ピーマン、しょうが	ふかし芋
14 金	牛乳	ごはん 鶏肉の生姜焼き キャベツのゆかり和え お麩とねぎの味噌汁	甘食 乳児:お茶 幼児:牛乳	613.8(459.3) 23.9(17.2)	米、○小麦粉、○砂糖、○ 油、焼ふ	鶏もも肉、○豆乳、米みそ	キャベツ、にんじん、ねぎ、 しょうが	わかめご飯
15 土	牛乳	チキンライス 三色サラダ 豆腐のスープ	いちごジャムサンド 牛乳	540.3(460.1) 20.2(17.5)	米、○食パン、油、砂糖	絹ごし豆腐、鶏もも肉	ブロッコリー、たまねぎ、にん じん、○いちごジャム、ピーマ ン、コーン、ねぎ	
17 月	牛乳	豚コーン丼 ひじきの炒り煮 もやしの味噌汁	ゼリー おせんべい お茶	369.0(365.6) 14.3(14.9)	米、○ソフトおせんべい、砂 糖、油	豚ひき肉、米みそ	コーン、もやし、にんじん、た まねぎ、しめじ、ひじき、しょ うが	ゆかりご飯
18 火	牛乳	けんちんうどん スイートポテトサラダ バナナ	グリーンピースごはん お茶	485.7(456.9) 14.2(14.8)	ゆでうどん、○米、さつまいも (皮付)、マヨネーズ、油、砂 糖	豚肩ロース肉、絹ごし豆腐、 油揚げ	バナナ、だいこん、きゅうり、 にんじん、○グリーンピース、ね ぎ	ツナケチャップ ご飯
19 水	牛乳	ごはん 鮭の西京焼き キャベツの磯和え ほうれん草と玉ねぎのすまし汁	わかめおにぎり お茶	415.9(397.0) 18.6(18.3)	米、○米、砂糖、ごま、油	さけ、米みそ	キャベツ、にんじん、たまね ぎ、ほうれんそう、あおのり	粉吹き芋
20 木	牛乳	ごはん 鶏肉のバーベキューソー スの花炒り煮 なすと油揚げの味噌汁	ごまトースト 牛乳	551.3(468.8) 26.7(22.7)	米、○食パン、○砂糖、○ マーガリン、砂糖、片栗粉、 油、○すりごま、ごま油	鶏もも肉、おから、油揚げ、米 みそ	なす、しめじ、りんご、にんじ ん、レモン果汁	おかかご飯
21 金	牛乳	ごはん 鱈の煮付け 春雨サラダ なめこの味噌汁	人参ケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	472.8(346.5) 22.7(16.2)	米、○ホットケーキ粉、はるさ め、砂糖、○油、○砂糖、ご ま油	かれい、○豆乳、米みそ	なめこ、きゅうり、にんじん、ね ぎ、○にんじん、しょうが	バナナ
22 土	牛乳	豚丼 グリーンサラダ 切干大根の味噌汁	おかかおにぎり お茶	515.7(476.9) 17.6(17.4)	米、○米、砂糖、油	豚肩ロース肉、米みそ、○か つお節	たまねぎ、ブロッコリー、しら たき、きゅうり、キャベツ、切 り干しだいこん	
24 月	牛乳	ごはん 鯖の照り焼き マカロニサラダ わかめとえのきの味噌汁	さつま芋のガレット 乳児:お茶 幼児:牛乳	600.6(448.8) 25.9(18.8)	米、○さつまいも、マカロニ、 ○ホットケーキ粉、マヨネーズ	○さば、○チーズ、○卵、○ 無塩バター、○牛乳、米みそ	えのきたけ、にんじん、きゅう り、カットわかめ	梅ご飯
25 火	牛乳	食パン 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ かぼちゃのスープ	ひじきご飯 お茶	403.2(383.4) 20.6(19.8)	食パン、○米、油、○砂糖、 ○油、砂糖	鶏もも肉、○油揚げ	キャベツ、かぼちゃ、にんじ ん、きゅうり、○にんじん、たま ねぎ、マーマレード、○ひじき	バナナ
26 水	牛乳	ハヤシライス ポパイサラダ 豆腐のスープ	青菜おにぎり お茶	523.0(482.7) 14.6(15.1)	米、○米、じゃがいも、マヨ ネーズ、油	絹ごし豆腐、豚肩ロース肉、 ハヤシルウ、かにかまぼこ	ほうれんそう、たまねぎ、にん じん、コーン、ねぎ	塩昆布ご飯
27 木	牛乳	和風ツナごはん 鶏肉の竜田揚げ もやしときゅうりのサラダ キャベツとコーンの味噌汁	アップルケーキ 乳児:お茶 幼児:牛乳	581.2(429.8) 26.9(19.5)	米、○ホットケーキ粉、片栗 粉、○油、油、砂糖	鶏もも肉、ツナ、○豆乳、米 みそ	もやし、○りんご、にんじん、 キャベツ、きゅうり、コーン、た まねぎ、しょうが	ゆかりご飯
28 金	牛乳	ごはん 鮭のカレー風味焼き 小松菜と人参のお浸し 大根の味噌汁	きな粉トースト 牛乳	479.6(411.5) 26.1(22.2)	米、○食パン、○マーガリン、 ○砂糖、砂糖	さけ、米みそ、○きな粉、かつ お節	ごまつな、にんじん、だいこ ん、万能ねぎ、りんごジャム、 しょうが	ふかし芋

・27日お誕生会

※乳児クラスは一日の必要栄養量の補給の為に、牛乳のみを午前おやつとして提供しています。
※当園は卵不使用のマヨネーズを使用しています。