

2017年

4月 献立表

木の実幼稚園

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	その他	1人分 - たんぱく質 脂質 食塩相当量	どんぐりおやつ
8土	入園式						
10月	進級式						
11火	午前保育						おにぎり煎餅、ミニゼリー
12水							オレンジジュース
13木	スマイルポテト			フライドポテト、サラダ油		74 kcal	ジャムクラッカーサンド
	りんごジュース		りんごジュース			0.5 g	お茶
						1.7 g	
						0.0 g	
14金	アンパンマン煎餅			アンパンマン煎餅		117 kcal	ラングドシャ
	オレンジジュース		オレンジジュース			1.5 g	カルピスジュース
						0.2 g	
						0.2 g	
17月	菜飯			精白米	菜飯の素	464 kcal	ぼたぼた焼き
	唐揚げ			サラダ油	鶏のからあげ	10.7 g	オレンジジュース
	ポテトサラダ	ツナ	胡瓜,人参	じゃが芋,マヨネーズ	食塩	22.3 g	
						1.0 g	
18火	ご飯			精白米		385 kcal	ビスコ
	鶏肉とじゃが芋の パーベキュー焼き	鶏肉		フライドポテト,砂糖	にんにく,ケチャップ,ウスターソース, とんかつソース	13.5 g	マシュマロ
	ブロッコリーのサラダ		ブロッコリー,人参		焙煎胡麻ドレッシング	12.3 g	りんごジュース
						0.9 g	
19水	肉うどん	豚肉,薄揚げ,わかめ	玉葱,しめじ,青葱	うどん	かつおだし,薄口醤油,みりん,食塩	318 kcal	マリービスケット
	星型ポテト			星型ポテト,サラダ油		9.9 g	ミニゼリー
	キャンディチーズ	キャンディチーズ				8.6 g	カルピスジュース
						1.8 g	
20木	キャロットライス		人参	精白米	コンソメ,食塩	287 kcal	コーンマヨパン
	ミートボール				ミートボール	7.2 g	お茶
	マカロニサラダ	ツナ	人参,胡瓜	マカロニ,マヨネーズ	食塩	8.1 g	
						1.7 g	
21金	カレーライス	豚肉	玉葱,人参,グリーンピース	精白米,サラダ油,じゃが芋	にんにく,カレールウ	397 kcal	雪の宿
	大根サラダ	ツナ	大根,胡瓜,コーン		青じそドレッシング	9.2 g	ラムネ
	りんご		りんご			9.2 g	オレンジジュース
						2.1 g	
24月	わかめご飯	炊き込みわかめ		精白米		306 kcal	りんごケーキ
	白身魚フライ	白身魚フライ		サラダ油	とんかつソース	8.3 g	お茶
	ハムとキャベツのサラダ	ハム	キャベツ,コーン,人参,胡瓜	フレンチドレッシング		8.7 g	
						0.8 g	
25火	チキンライス	鶏肉	玉葱,人参,ピーマン	サラダ油,精白米	コンソメ,ケチャップ,ウスターソース,料理酒,食塩	389 kcal	ココナッツサブレ
	ハンバーグ	ハンバーグ		砂糖	ケチャップ,ウスターソース	14.9 g	マシュマロ
	スパゲティサラダ	ツナ	にんじん,胡瓜	スパゲティ,マヨネーズ	食塩	13.8 g	りんごジュース
						2.3 g	
26水	ご飯			精白米		378 kcal	アンパンマン煎餅
	鯖の味噌煮	鯖,味噌		砂糖	生姜,濃口醤油,料理酒,みりん	13.0 g	ラムネ
	いんげんのおかか和え	いんげん,かつお節	にんじん	砂糖	濃口醤油	11.8 g	カルピスジュース
						1.0 g	
27木	ミートスパゲティ	合挽ミンチ	玉葱,人参,トマト,グリーンピース	スパゲティ,オリーブ油,砂糖	にんにく,ケチャップ,ウスターソース,コンソメ,食塩	424 kcal	バタークッキー
	チキンナゲット			サラダ油	チキンナゲット	14.5 g	ミニゼリー
	オレンジゼリー			オレンジゼリー		15.2 g	りんごジュース
						1.4 g	
28金	創立記念日						



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。
新しい生活に、ドキドキワクワクしている事
と思います。
今年度も、「安全・安心でおいしい給食」
を届けていきますので、どうぞよろしく
お願い致します。



大切にしていること、

安全・安心な給食

給食を提供するうえで、大切なのが「衛生管理」
です。手洗いを基本に、食材の検品・洗浄、器具の
消毒・使い分け、仕上がりの温度の確認（細菌が死
滅する90度、90秒以上の加熱）など、
調理員1人1人が常に責任感をもって
調理をしています。

おいしい・たのしい給食

木の実幼稚園の給食では、飽きがこないように、
和洋中のメニューを取り入れたり、四季を感じて
もらえるように、旬の食材を使ったり、行事食
をだしたり、子ども達が園で育てた野菜を給食に
入れたり、年長さんになるとバイキングをしたり、
みんなが食べることで、おいしいやたのしいなど、
何かを感じてもらえるよう、興味を持ってもらえる
よう、食育にも力を入れていきたいと考えています。



旬の食材♪



玉ねぎ・じゃが芋・キャベツは、
新玉ねぎ、新じゃが芋、春キャベツを
使用しています。

[月間栄養価一覧表]

2017年 4月

予定献立

0:通常献立

日	曜	献立名	一人分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g		
17	月	菜飯, 唐揚げ, ポテトサラダ	169.00	500	11.3	22.3	61.0	1.0		
18	火	ご飯, 鶏肉とじゃが芋のバーベキュー焼き, ブロッコリーのサラダ	175.13	421	14.1	12.3	60.2	0.9		
19	水	肉うどん, 星型ポテト, キャンディチーズ	372.38	318	9.9	8.6	48.1	1.8		
20	木	キャロットライス, ミートボール, マカロニサラダ	116.56	323	7.9	8.2	52.2	1.7		
21	金	カレーライス, 大根サラダ, りんご(1/8個)	313.15	397	9.2	9.2	67.8	2.1		
24	月	わかめご飯, 白身魚フライ, ハムとキャベツのサラダ	133.18	342	8.9	8.7	55.0	0.8		
25	火	チキンライス, ハンバーグ, สปาゲティサラダ	204.70	461	16.2	13.9	63.8	2.3		
26	水	ご飯, 鯖の味噌煮, いんげんのおかか和え	154.85	414	13.6	11.8	59.1	1.0		
27	木	ミートสปาゲティ, チキンナゲット, オレンジゼリー	225.32	424	14.5	15.2	54.6	1.4		
期間内の合計			1864.27	3600	105.6	110.2	521.8	13.0		
動物性脂質比率 23.77 %			一日あたりの平均		207.14	400	11.7	12.2	58.0	1.4
			基準値		0.00	405	15.0	11.0	0.0	1.5
			充足率		0.0	98.8	78.0	110.9	0.0	93.3