

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	月	鶏そぼろ丼 わかめの味噌汁 りんご	牛乳(午後) 麩のきなこラスク	鶏ひき肉・凍り豆腐・みそ・牛乳・きな粉	米・砂糖・焼きふ・無塩バター・グラニュー糖	にんじん・あおのり・わかめ・たまねぎ・はくさい・りんご
2	火	ごはん キャベツのすまし汁 鶏肉と芋の甘辛煮 ほうれん草の納豆和え	牛乳(午後) コーンマフィン	鶏肉・納豆・かつお節・牛乳・豆乳	米・片栗粉・油・じゃがいも・砂糖・ホットケーキミックス	キャベツ・にんじん・わかめ・しょうが・トマトケチャップ・ほうれん草・もやし・コーン
3	水	ごはん 里芋の味噌汁 さわらのごま照り焼き 五目煮豆	牛乳(午後) さつまいものバター焼き	みそ・さわら・大豆水煮・油揚げ・ちくわ・牛乳	米・さといも・薄力粉・砂糖・しろごま・赤こんにやく・油・さつまいも・有塩バター	たまねぎ・こまつな・れんこん・だいこん・さやいんげん
4	木	食パン 豆乳スープ 鶏肉のトマトソースかけ かぼちゃサラダ	お茶 きつねおにぎり	ベーコン・豆乳・鶏肉・油揚げ	食パン・薄力粉・油・砂糖・マヨドレ・米・しろごま	たまねぎ・にんじん・キャベツ・ホールトマト・トマトケチャップ・かぼちゃ・きゅうり・レーズン
5	金	ごはん 小松菜の味噌汁 肉じゃが もやしのゆかり和え	牛乳(午後) カステラ(市販) *完了期: <u>ビスケット</u>	油揚げ・みそ・牛肉・牛乳	米・じゃがいも・しらたき・油・砂糖・カステラ	こまつな・だいこん・にんじん・たまねぎ・グリーンピース・もやし・しめじ・きゅうり
6	土	お弁当	お茶 おやつ			
8	月	ホークカレー 大豆のころころサラダ フルーツゼリー	牛乳(午後) きなこマカロニ	ぶた肉・大豆水煮・牛乳・きな粉	米・じゃがいも・マヨドレ・ゼリー・マカロニ・砂糖	にんじん・たまねぎ・きゅうり・だいこん
9	火	ごはん 玉ねぎの味噌汁 鮭の塩焼き れんこんのきんぴら	牛乳(午後) バームクーヘン	みそ・さけ・油揚げ・牛乳	米・赤こんにやく・油・砂糖・しろごま・バームクーヘン	たまねぎ・しめじ・ほうれん草・れんこん・にんじん・だいこん
10	水	ごはん 白菜とえのきのすまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き 炒り豆腐	牛乳(午後) フライドおさつ *完了期: 蒸しさつまいも	鶏肉・みそ・豆腐・ちくわ・牛乳	米・砂糖・油・さつまいも	はくさい・えのきたけ・にんじん・わかめ・青ねぎ・乾しいたけ・乾ひじき・グリーンピース
11	木	ごはん 中華スープ 回鍋肉 切干大根のさっぱり和え	牛乳(午後) バナナクッキー	豆腐・ぶた肉・赤みそ・牛乳	米・砂糖・片栗粉・ごま油・薄力粉・油	チンゲンサイ・もやし・キャベツ・たまねぎ・赤パプリカ・しょうが・にんにく・切干しいたけ・きゅうり・にんじん・塩昆布・バナナ
12	金	ごはん 大根のすまし汁 松風焼き じゃがいもの煮物	牛乳(午後) レーズン蒸しパン	鶏ひき肉・豆腐・みそ・凍り豆腐・牛乳・豆乳	米・焼きふ・片栗粉・しろごま・じゃがいも・薄力粉・油・砂糖	だいこん・こまつな・わかめ・たまねぎ・あおのり・にんじん・グリーンピース・レーズン
13	土	お弁当	お茶 おやつ			
15	月	ごはん さつまいもの味噌汁 豚肉とキャベツの炒め物 白菜とひじきの和え物	牛乳(午後) 豆乳ももゼリー	油揚げ・みそ・ぶた肉・牛乳・豆乳	米・さつまいも・油・砂糖・マヨドレ	にんじん・わかめ・キャベツ・たまねぎ・赤パプリカ・しょうが・はくさい・きゅうり・乾ひじき・粉寒天・桃缶
16	火	ごはん ほうれん草の味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 切干大根の甘酢和え	お茶 セサミトースト	みそ・牛ひき肉・生揚げ・かまぼこ	米・さつまいも・砂糖・片栗粉・油・食パン・無塩バター・しろごま	ほうれん草・たまねぎ・えのきたけ・グリーンピース・切干しいたけ・キャベツ・にんじん

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

未満児	エネルギー	蛋白質	脂肪	以上児	エネルギー	蛋白質	脂肪
	464 Kcal	20.7 g	15.8 g		561 Kcal	24.3 g	16.9 g

☆献立を変更する場合がございます。

☆食肉製品・かまぼこ・ちくわ・中華麺・ロールパン・食パン・マヨネーズ・ごまドレ・生クリーム・てんぷら粉は卵不用品を取り入れています。

☆未満児・完了期午前おやつ: (月)牛乳,ビスケット (火)牛乳,ビスコ (水)牛乳,せんべい (木)牛乳,クラッカー (金)牛乳,ウエハース (土)牛乳,せんべい

☆土曜保育予定おやつ: せんべい・クラッカー・源氏パイなど、卵・乳・大豆不用品

☆離乳食完了期の牛乳は喫食状況により提供します。 ☆離乳食完了期のりんご・梨・柿はコンポートにして提供します。 ☆下線は市販菓子です。



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	水	ロールパン 鮭のクリームシチュー ブロッコリーのサラダ バナナ	お茶 ひじきおにぎり	さけ・牛乳・ツナ缶・油揚げ	ロールパン・じゃがいも・マヨ ドレ・米・砂糖	キャベツ・たまねぎ・ブロッコ リー・にんじん・コーン・バナナ・ 乾ひじき
18	木	ビビンバ丼 わかめスープ 春雨サラダ	牛乳(午後) クッキー	ぶたひき肉・ハム・牛乳	米・油・砂糖・ごま油・しるご ま・はるさめ・クッキー	長ねぎ・しょうが・にんにく・もや し・ほうれんそう・にんじん・わか め・だいこん・コーン・キャベツ・ きゅうり
19	金	ごはん 打ち豆汁 かしわのじゅんじゅん 春野菜サラダ	牛乳(午後) でっちゃんかん *完了期: <u>ビスケット</u>	打ち豆・油揚げ・みそ・鶏 肉・焼き豆腐・牛乳・こしあ ん	米・赤こんにやく・じゃがい も・上新粉	はくさい・にんじん・青ねぎ・たま ねぎ・ごぼう・キャベツ・アスパラ ガス
20	土	お弁当	お茶 おやつ			
22	月	ごはん じゃがいもとウィンナーのスープ 豚肉のケチャップ炒め キャベツのおかか和え	牛乳(午後) いりこ大豆 *完了期: <u>いり大豆</u>	ウィンナー・ぶた肉・かつお 節・牛乳・田作り・大豆水煮	米・じゃがいも・油・片栗粉・ 砂糖・しるごま	はくさい・青ピーマン・黄パプリ カ・たまねぎ・ごぼう・しょうが・ にんにく・トマトケチャップ・キャ ベツ・にんじん
23	火	菜めしご飯 なめこの味噌汁 鶏の照り焼き 卵の花	牛乳(午後) じゃがいももち	みそ・鶏肉・おから・凍り豆 腐・牛乳	米・砂糖・油・じゃがいも・片 栗粉	菜飯の素・なめこ・たまねぎ・かほ ちや・青ねぎ・ごぼう・にんじん・ 乾しいたけ・こまつな
24	水	ごはん 豆腐のスープ 白身フライ きゅうりともやしのサラダ	牛乳(午後) どらやき *完了期: <u>ウエハース</u>	豆腐・たら・牛乳	米・薄力粉・パン粉・油・砂 糖・どら焼	はくさい・わかめ・トマトケチャッ プ・きゅうり・もやし・しめじ・ コーン
25	木	ごはん 大根の味噌汁 肉豆腐 れんこんのごまマヨ和え	牛乳(午後) かぼちゃチップス *完了期: <u>蒸しかぼちゃ</u>	みそ・焼き豆腐・牛肉・牛乳	米・さといも・赤こんにやく・ 砂糖・マヨドレ・しるごま・油	だいこん・にんじん・たまねぎ・長 ねぎ・れんこん・ごぼう・こまつ な・かぼちゃ
26	金	ごはん 白菜のスープ ハンバーグ 粉ふきいも	牛乳(午後) ヨーグルトケーキ	牛ひき肉・ぶたひき肉・豆 乳・牛乳・プレーンヨーグル ト	米・パン粉・じゃがいも・ホッ トケーキミックス・砂糖・無塩 バター	はくさい・しめじ・こまつな・たま ねぎ・トマトケチャップ・あおの り・ブルーベリージャム
27	土	お弁当	お茶 おやつ			
29	月	昭和の日				
30	火	スパゲティミートソース ブロッコリーとかぼちゃのサラダ ヨーグルト(カップ)	牛乳(午後) いちごスティックケーキ *完了期: <u>ビスケット</u>	牛ひき肉・ぶたひき肉・パル メザンチーズ・ヨーグルト・ 牛乳	スパゲティ・お米de国産いちご スティックケーキ(卵・乳不使 用)	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・ トマトソース・ブロッコリー・かほ ちや・きゅうり

給食だより

暖かな春の陽気と共に、新年度がスタートしました。ご入園、ご進級おめでとうございます。
くじら保育園は、全園児完全給食(主食+副食、おやつ)です。旬の食材を使用し、手作りを心がけ、安心安全な給食を
提供していきます。

〈アレルギー除去食〉

医師の診断書・指導書に基づいて対応します。ご家庭と連携を図りながら一緒に進めていきたいと思っておりますので、
ご理解とご協力の程、よろしくお願いたします。

〈食育の日〉

毎月19日(休みや行事の場合はその前後)は食育の日です。

4月19日は地産地消献立、滋賀県で親しまれている料理を提供します。

湖北地方などの冬積雪地帯で親しまれてきた食卓の味である**打ち豆汁**(大豆を木づちで潰した打ち豆と根菜の味噌汁)、
滋賀の郷土料理である**じゅんじゅん**(すき焼き風に味付けした鍋料理)、滋賀の有名な特産品の**でっちゃんかん**(あんじ
小麦粉や上新粉を混ぜ、蒸して作られるようかん)などが登場します。



日 曜	昼食	おやつ		赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他:調味料等
		午前	午後				
1 月	鶏そぼろ丼(軟飯) 白菜のスープ りんごのコンポート	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・ハイハイ	にんじん・たまねぎ・はくさい・りんご	かつお・こんぶだし
2 火	軟飯 キャベツのスープ ささみとじゃがいもの煮物 ほうれん草と人参のやわらか煮	ウエハース ビスケット		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがいも・ビスケット	キャベツ・ほうれん草・う・にんじん	かつお・こんぶだし
3 水	軟飯 玉ねぎのスープ 煮魚(たら) 大根の煮物	ハイハイ 蒸しさつまいも		たら	ハイハイ・米・さつまいも	たまねぎ・こまつな・だいこん	かつお・こんぶだし
4 木	食パン キャベツのスープ ささみと玉ねぎの煮物 蒸し野菜	ビスケット おにぎり(軟飯)		若鶏ささ身	ビスケット・食パン・米	キャベツ・たまねぎ・かぼちゃ・にんじん	かつお・こんぶだし
5 金	軟飯 大根のスープ じゃがいものそぼろ煮 スティック野菜 お弁当	ウエハース ビスケット		鶏ひき肉	ウエハース・米・じゃがいも・片栗粉・ビスケット	だいこん・たまねぎ・にんじん・きゅうり	かつお・こんぶだし
6 土		ハイハイ おやつ			ハイハイ		
8 月	そぼろあんかけ丼(軟飯) 大根と人参のスープ 蒸しじゃがいも	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・じゃがいも・ハイハイ	たまねぎ・だいこん・にんじん	かつお・こんぶだし
9 火	軟飯 玉ねぎのスープ 煮魚(さけ) 大根のやわらか煮	ウエハース ビスケット		さけ	ウエハース・米・ビスケット	たまねぎ・にんじん・だいこん・ほうれん草	かつお・こんぶだし
10 水	軟飯 豆腐のスープ ささみと白菜の煮物 人参スティック	ハイハイ 蒸しさつまいも		豆腐・若鶏ささ身	ハイハイ・米・さつまいも	はくさい・にんじん	かつお・こんぶだし
11 木	軟飯 豆腐とチンゲン菜のスープ ささみと玉ねぎの煮物 人参とキャベツのやわらか煮	ビスケット バナナ		豆腐・若鶏ささ身	ビスケット・米	チンゲンサイ・たまねぎ・キャベツ・にんじん・バナナ	かつお・こんぶだし
12 金	軟飯 玉ねぎと小松菜のスープ 大根のそぼろ煮 じゃがいもと人参の煮物 お弁当	ウエハース 蒸しパン		鶏ひき肉・豆腐・豆乳	ウエハース・米・じゃがいも・薄力粉・油・砂糖	たまねぎ・こまつな・だいこん・にんじん	かつお・こんぶだし・ベーキングパウダー
13 土		ハイハイ おやつ			ハイハイ		
15 月	軟飯 さつまいものスープ ささみとキャベツの煮物 白菜と人参のやわらか煮	ビスケット ハイハイ		若鶏ささ身	ビスケット・米・さつまいも・ハイハイ	キャベツ・たまねぎ・はくさい・にんじん	かつお・こんぶだし
16 火	軟飯 ほうれん草と玉ねぎのスープ さつまいものそぼろ煮 キャベツと人参のやわらか煮	ウエハース 食パン		鶏ひき肉	ウエハース・米・さつまいも・食パン	ほうれん草・たまねぎ・キャベツ・にんじん	かつお・こんぶだし
17 水	軟飯 ロールパン 鮭とじゃがいもの煮物 ブロッコリーと人参のやわらか煮 バナナ	ハイハイ おにぎり(軟飯)		さけ	ハイハイ・ロールパン・じゃがいも・米	キャベツ・ブロッコリー・にんじん・バナナ	かつお・こんぶだし
18 木	そぼろあんかけ丼(軟飯) 大根スープ キャベツのやわらか煮	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・片栗粉・ハイハイ	ほうれん草・にんじん・だいこん・キャベツ	かつお・こんぶだし
19 金	軟飯 白菜のスープ ささみとキャベツの煮物 蒸しじゃがいも お弁当	ウエハース ビスケット		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがいも・ビスケット	はくさい・にんじん・キャベツ・たまねぎ	かつお・こんぶだし
20 土		ハイハイ おやつ			ハイハイ		
22 月	軟飯 白菜のスープ 玉ねぎとじゃがいものそぼろ煮 人参とキャベツのやわらか煮	ビスケット ハイハイ		鶏ひき肉	ビスケット・米・じゃがいも・ハイハイ	はくさい・たまねぎ・にんじん・キャベツ	かつお・こんぶだし
23 火	軟飯 かぼちゃのスープ ささみと玉ねぎの煮物 人参と小松菜のやわらか煮	ウエハース 蒸しじゃがいも		若鶏ささ身	ウエハース・米・じゃがいも	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・こまつな	かつお・こんぶだし
24 水	軟飯 豆腐のスープ 煮魚(たら) きゅうりスティック	ハイハイ ウエハース		豆腐・たら	ハイハイ・米・ウエハース	はくさい・きゅうり	かつお・こんぶだし
25 木	軟飯 人参のスープ ささみと大根の煮物 玉ねぎと小松菜のやわらか煮	ビスケット 蒸しかぼちゃ		若鶏ささ身	ビスケット・米	にんじん・だいこん・たまねぎ・こまつな・かぼちゃ	かつお・こんぶだし
26 金	軟飯 白菜のスープ 白鶏団子煮 蒸しじゃがいも お弁当	ウエハース ハイハイ		鶏ひき肉	ウエハース・米・片栗粉・じゃがいも・ハイハイ	はくさい・たまねぎ・こまつな	かつお・こんぶだし
27 土		ハイハイ おやつ			ハイハイ		
29 月	昭和の日						
30 火	軟飯 ブロッコリーのスープ かぼちゃのそぼろ煮 人参と玉ねぎのやわらか煮	ウエハース ビスケット		鶏ひき肉	ウエハース・米・ビスケット	ブロッコリー・かぼちゃ・にんじん・たまねぎ	かつお・こんぶだし

☆献立を変更する場合がございます。

☆上記は後期食の献立です。おやつは後期食から提供いたします。

☆土曜保育予定おやつ:ビスケット・ウエハース・ハイハイ

☆離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。

☆中期食の主食は、軟飯⇒おかゆ、ロールパン・食パン⇒パン粥(食パン)になります。

