






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 火	鶏そぼろ丼 切干大根の味噌汁 フルーツゼリー	牛乳(午後) 麩のラスク	鶏ひき肉・凍り豆腐・みそ・牛乳	米・砂糖・ゼリー・焼きふ・有塩バター・グラニュー糖	にんじん・こまつな・切干しだいこん・たまねぎ・はくさい
2 水	ごはん キャベツの味噌汁 肉じゃが 白和え	牛乳(午後) バナナクッキー	油揚げ・みそ・ぶた肉・豆腐・牛乳・豆乳	米・じゃがいも・しらたき・砂糖・しろごま・ホットケーキミックス・油	キャベツ・だいこん・にんじん・たまねぎ・グリーンピース・ひじき・ほうれんそう・バナナ
3 木	ロールパン かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉のトマトソースかけ スパゲティサラダ	お茶 鮭昆布おにぎり	豆乳・鶏肉・ツナ缶・鮭フレーク	ロールパン・薄力粉・油・砂糖・スパゲティ・マヨドレ・米	かぼちゃ・たまねぎ・ほうれんそう・ホールのトマト・トマトケチャップ・にんじん・こまつな・塩昆布
4 金	ごはん 若竹汁 さわらのごまみそだれ 炒り豆腐	牛乳(午後) さつまいものバター焼き	かまぼこ・さわら・みそ・豆腐・竹輪・牛乳	米・薄力粉・油・砂糖・しろごま・さつまいも・有塩バター	たけのこ・たまねぎ・こまつな・わかめ・しいたけ・にんじん・ひじき・グリーンピース
5 土	お弁当	お茶 おやつ			
7 月	竹の子ごはん 高野豆腐の味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き 和風ポテトサラダ	牛乳(午後) きなこマカロニ	油揚げ・凍り豆腐・みそ・鶏肉・ハム・かつお節・牛乳・きな粉	米・塩こうじ・じゃがいも・マヨドレ・マカロニ・砂糖	たけのこ・たまねぎ・キャベツ・えだまめ 
8 火	ごはん 厚揚げの味噌汁 鮭の塩焼き きんぴらごぼう	牛乳(午後) バームクーヘン	生揚げ・みそ・さけ・竹輪・牛乳	米・赤こんにやく・油・砂糖・しろごま・バームクーヘン	しめじ・ほうれんそう・ごぼう・だいこん・にんじん
9 水	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) ぶどうゼリー	ぶた肉・赤みそ・牛乳	米・砂糖・片栗粉・ごま油 	チンゲンサイ・かぼちゃ・わかめ・キャベツ・たまねぎ・赤パプリカ・しょうが・にんにく・切干しだいこん・もやし・きゅうり・塩昆布・ぶどうジュース・寒天
10 木	スパゲティミートソース かぼちゃのサラダ バナナ	牛乳(午後) コーンカレーいももち	牛ひき肉・ぶたひき肉・チーズ・牛乳	スパゲティ・マヨドレ・じゃがいも・片栗粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマトピューレ・トマトケチャップ・ブロッコリー・かぼちゃ・レーズン・バナナ・コーン
11 金	ごはん ほうれん草のスープ 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) スイートポテト	ぶた肉・牛乳	米・じゃがいも・油・砂糖・さつまいも・無塩バター・くろごま	ほうれんそう・にんじん・しめじ・キャベツ・ごぼう・青ピーマン・しょうが・はくさい・きゅうり・ひじき
12 土	お弁当	お茶 おやつ			
14 月	ビーフカレー 大豆のころころサラダ オレンジ	牛乳(午後) ハムチーズ蒸しパン	牛肉・大豆・牛乳・豆乳・ハム・チーズ	米・じゃがいも・マヨドレ・ホットケーキミックス・油・砂糖	にんじん・たまねぎ・きゅうり・オレンジ
15 火	ごはん 里芋の味噌汁 肉豆腐 切干大根の甘酢和え	牛乳(午後) かぼちゃ茶巾	みそ・焼き豆腐・牛肉・かにかまぼこ・牛乳・豆乳	米・さといも・赤こんにやく・砂糖・さつまいも	にんじん・はくさい・わかめ・たまねぎ・さやいんげん・切干しだいこん・キャベツ・かぼちゃ
16 水	ごはん じゃがいものスープ 白身フライ きゅうりともやしのサラダ	牛乳(午後) ミルクパン	たら・牛乳 	米・じゃがいも・薄力粉・パン粉・油・マヨドレ・ミルクパン	たまねぎ・こまつな・トマトケチャップ・きゅうり・もやし・コーン・ひじき

☆ 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
	470 Kcal	21.1 g	15.9 g		561 Kcal	24.6 g	16.8 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

☆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 木	中華丼 わかめスープ 春雨サラダ	牛乳(午後) カラメル大豆	ぶた肉・ハム・牛乳・大豆	米・片栗粉・ごま油・はるさめ・砂糖・さつまいも・油	はくさい・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ・しいたけ・しょうが・わかめ・だいこん・しめじ・コーン・キャベツ・きゅうり
18 金	ごはん 打ち豆汁 かしわのじゅんじゅん 白菜とキャベツのツナ和え	牛乳(午後) でっちようかん *完了期: <u>ビスケット</u>	打ち豆・油揚げ・みそ・鶏肉・焼き豆腐・ツナ缶・牛乳・こしあん	米・さといも・赤こんにやく・薄力粉	にんじん・青ねぎ・たまねぎ・ごぼう・はくさい・キャベツ・アスパラガス
19 土	お弁当	お茶 おやつ			
21 月	ごはん じゃがいもとウインナーのスープ 鶏肉のカレー焼き キャベツとひじきの和えもの	牛乳(午後) クッキー	ウインナー・鶏肉・大豆・牛乳	米・じゃがいも・砂糖・クッキー・薄力粉	こまつな・にんにく・キャベツ・にんじん・ひじき
22 火	食パン 鮭のクリームシチュー ブロッコリーのサラダ りんご	お茶 小松菜としらすのおにぎり	さけ・牛乳・ツナ缶・釜揚げしらす	食パン・じゃがいも・マヨドレ・米	キャベツ・たまねぎ・ブロッコリー・にんじん・コーン・りんご・こまつな
23 水	ごはん 大根のすまし汁 鶏肉といもの甘辛煮 ほうれん草と豆腐のごま和え	牛乳(午後) きなこマフィン	鶏肉・豆腐・牛乳・きな粉	米・片栗粉・油・じゃがいも・砂糖・しごま・ホットケーキミックス・無塩バター	だいこん・しいたけ・わかめ・しょうが・トマトケチャップ・ほうれんそう・もやし・ひじき
24 木	ごはん きのこの味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 れんこんサラダ	牛乳(午後) ピザトースト	みそ・牛ひき肉・生揚げ・牛乳・ベーコン・チーズ	米・さといも・さつまいも・砂糖・片栗粉・マヨドレ・食パン	えのきたけ・しめじ・ごぼう・グリーンピース・れんこん・にんじん・こまつな・たまねぎ・青ピーマン・トマトケチャップ
25 金	ごはん コーンスープ ハンバーグ 焼きかぼちゃ	お茶 みかんのショートケーキ *完了期: ホイップなし	牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・豆乳	米・クルトン・パン粉・油・ホットケーキミックス・砂糖・無塩バター・ホイップクリーム	たまねぎ・ほうれんそう・コーン・トマトケチャップ・かぼちゃ・みかん缶
26 土	お弁当	お茶 おやつ			
28 月	ごはん キャベツのすまし汁 鶏肉の和風あんかけ ひじきの煮物	牛乳(午後) フライドおさつ *完了期: 蒸しさつまいも	鶏肉・大豆・竹輪・牛乳	米・焼きふ・片栗粉・油・砂糖・赤こんにやく・さつまいも	キャベツ・にんじん・たまねぎ・えのきたけ・しょうが・ひじき・だいこん・さやいんげん
29 火	昭和の日				
30 水	ごはん トマトスープ 鶏肉のマーマレード焼き じゃがいものカレー炒め	牛乳(午後) いちごスティックケーキ *完了期: <u>ウエハース</u>	大豆・鶏肉・牛乳 	米・じゃがいも・砂糖・お米de国産いちごスティックケーキ(卵乳小麦不使用)	トマト・たまねぎ・こまつな・マーマレードジャム・にんじん・えだまめ

## 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18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**でっちようかん**(あんに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	火	鶏そぼろ丼(軟飯) 白菜のスープ 玉ねぎと小松菜のやわらか煮	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	にんじん・はくさい・たまねぎ ぎ・こまつな	かつお・こんぶだし
2	水	軟飯 キャベツのスープ ささみとじゃがいもの煮物 野菜スティック	ハイハイ バナナ	若鶏ささ身	ハイハイ・米・じゃがいも	キャベツ・たまねぎ・にんじん ・だいこん・バナナ	かつお・こんぶだし
3	木	ロールパン かぼちゃのスープ ささみと玉ねぎの煮物 人参とほうれん草のやわらか煮	ビスケット おにぎり(軟飯)	若鶏ささ身	ビスケット・ロールパン・米	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ・ほうれんそう	かつお・こんぶだし
4	金	軟飯 豆腐のスープ たらと人参の煮物 玉ねぎと小松菜のやわらか煮 お弁当	ウエハース 蒸しさつまいも	豆腐・たら	ウエハース・米・さつまいも	にんじん・たまねぎ・こまつ な	かつお・こんぶだし
5	土		ハイハイ おやつ		ハイハイ		
7	月	軟飯 玉ねぎのスープ ささみとキャベツの煮物 蒸しじゃがいも	ビスケット ハイハイ	若鶏ささ身	ビスケット・米・じゃがい も・ハイハイ	たまねぎ・キャベツ	かつお・こんぶだし
8	火	軟飯 ほうれん草のスープ 鮭と大根の煮物 人参スティック	ウエハース ビスケット	さけ	ウエハース・米・ビスケット	ほうれんそう・だいこん・に んじん	かつお・こんぶだし
9	水	軟飯 チンゲン菜のスープ かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりと玉ねぎのやわらか煮	ハイハイ ウエハース	鶏ひき肉	ハイハイ・米・ウエハース	チンゲンサイ・かぼちゃ・ キャベツ・たまねぎ・きゅう り	かつお・こんぶだし
10	木	煮込みうどん かぼちゃと人参の煮物 バナナ	ビスケット 蒸しじゃがいも	鶏ひき肉	ビスケット・ゆでうどん・ じゃがいも	たまねぎ・ブロッコリー・か ぼちゃ・にんじん・バナナ	かつお・こんぶだし
11	金	軟飯 ほうれん草のスープ ささみとキャベツの煮物 白菜と人参のやわらか煮 お弁当	ウエハース 蒸しさつまいも	若鶏ささ身	ウエハース・米・さつまいも	ほうれんそう・キャベツ・は くさい・にんじん	かつお・こんぶだし
12	土		ハイハイ おやつ		ハイハイ		
14	月	軟飯 じゃがいものスープ ささみと人参の煮物 オレンジ	ビスケット 蒸しパン	若鶏ささ身・豆乳	ビスケット・米・じゃがい も・ホットケーキミックス・ 油・砂糖	たまねぎ・にんじん・オレン ジ	かつお・こんぶだし
15	火	軟飯 人参のスープ ささみと白菜の煮物 キャベツのやわらか煮	ウエハース 蒸し野菜	若鶏ささ身	ウエハース・米・さつまいも	にんじん・はくさい・キャベ ツ・かぼちゃ	かつお・こんぶだし
16	水	軟飯 小松菜のスープ たらとじゃがいもの煮物 きゅうりと玉ねぎのやわらか煮	ハイハイ ロールパン	たら	ハイハイ・米・じゃがい も・ロールパン	こまつな・きゅうり・たまね ぎ	かつお・こんぶだし
17	木	鶏そぼろ丼(軟飯) チンゲン菜のスープ 大根の煮物	ビスケット 蒸しさつまいも	鶏ひき肉	ビスケット・米・さつまいも	はくさい・チンゲンサイ・に んじん・だいこん・キャベツ	かつお・こんぶだし
18	金	軟飯 人参のスープ ささみと白菜の煮物 玉ねぎとキャベツのやわらか煮 お弁当	ウエハース ビスケット	若鶏ささ身	ウエハース・米・ビスケット	にんじん・はくさい・たまね ぎ・キャベツ	かつお・こんぶだし
19	土		ハイハイ おやつ		ハイハイ		
21	月	軟飯 小松菜のスープ ささみとじゃがいもの煮物 キャベツ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・じゃがい も・ハイハイ	こまつな・キャベツ・にんじ ん	かつお・こんぶだし
22	火	食パン ブロッコリーのスープ 鮭と野菜の煮物 りんごのコンポート	ウエハース おにぎり(軟飯)	さけ	ウエハース・食パン・米	ブロッコリー・にんじん・た まねぎ・キャベツ・りんご	かつお・こんぶだし
23	水	軟飯 豆腐のスープ ささみとほうれん草の煮物 大根スティック	ハイハイ きなこ蒸しパン	豆腐・若鶏ささ身・ 牛乳・きな粉	ハイハイ・米・じゃがい も・ホットケーキミックス・ 砂糖・油	ほうれんそう・だいこん	かつお・こんぶだし
24	木	軟飯 人参のスープ さつまいものそぼろ煮 小松菜のやわらか煮	ビスケット 食パン	鶏ひき肉	ビスケット・米・さつまい も・片栗粉・食パン	にんじん・こまつな・たまね ぎ	かつお・こんぶだし
25	金	軟飯 ほうれん草のスープ ささみと玉ねぎの煮物 蒸しかぼちゃ お弁当	ウエハース 蒸しパン	若鶏ささ身・牛乳	ウエハース・米・ホットケ ーキミックス・砂糖・油	ほうれんそう・たまねぎ・か ぼちゃ	かつお・こんぶだし
26	土		ハイハイ おやつ		ハイハイ		
28	月	軟飯 キャベツのスープ 大根のそぼろ煮 人参と玉ねぎのやわらか煮	ビスケット 蒸しさつまいも	鶏ひき肉	ビスケット・米・さつまいも	キャベツ・だいこん・にんじ ん・たまねぎ	かつお・こんぶだし
29	火	昭和の日					
30	水	軟飯 トマトと小松菜のスープ ささみと玉ねぎの煮物 蒸しじゃがいも	ハイハイ ウエハース	若鶏ささ身	ハイハイ・米・じゃがい も・ウエハース	トマト・こまつな・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。

☆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。