



4月 給食だより



令和4年3月25日発行 ゆいまーる保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 金	お赤飯 花麩の味噌汁 鶏唐揚げ キャベツのゆかり和え いちご	精白米/ささげ/黒ごま/焼きふ/かたくり粉/油/塩せんべい	牛乳/米みそ/鶏肉モモ/ジョアプレーン	玉葱/ほうれんそう/干し椎茸/しょうが/キャベツ/きゅうり/にんじん/いちご	牛乳 ハイハイ ジョアプレーン ソフトせんべい(でいご・ゆうな) ハッピーターン(ふよう~さくら)	エネルギー 544 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 1.4 g
4 月	ごはん 中華風コーンスープ 豚肉のスタミナ焼き いんげんとハムのサラダ グレープフルーツ	精白米/かたくり粉/上白糖/ホットケーキミックス/油	牛乳/たまご/豚肉モモ/ロースハム/豆乳/豚ひき肉/プロセスチーズ	玉葱/にんじん/ねぎ/とうもろこし缶/赤パプリカ/青ピーマン/りょくとうもやし/りんご/さやいんげん/きゅうり/グレープフルーツ	牛乳 ビスケット 牛乳 ピザまん	エネルギー 586 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 20.9 g 食塩相当量 1.6 g
5 火	ホワイトブレッド かぶりポトフ カレーのカレーコーン焼き 菜の花入りポテトサラダ デコボン	ロールパン/じゃがいも/マヨネーズ/精白米/白ごま	牛乳/ウィンナー/まがれい/まぐろ缶	玉葱/にんじん/かぶ/とうもろこし缶/なばな/きゅうり/デコボン	牛乳 ベビーせんべい 麦茶 コーンとわかめのおにぎり	エネルギー 480 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 16.4 g 食塩相当量 2.3 g
6 水	麦ごはん 大根と油揚げの味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 和風マカロニサラダ バナナ	精白米/押麦/塩こうじ/マカロニ/油/上白糖/強力粉/三温糖	牛乳/油揚げ/米みそ/鶏肉モモ/かつお節/たまご/脱脂粉乳	だいこん/わかめ/にんじん/きゅうり/とうもろこし缶/バナナ	牛乳 ハイハイ 牛乳 マラーカオ風	エネルギー 575 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 20.4 g 食塩相当量 1.4 g
7 木	ごはん 中華スープ ポーキューマイ(でいご~はいびすかす) もち米しゅうまい(さんにな・さくら) もやしナムル パイン	塩せんべい/精白米/ごま油/白ごま/キングドーナツ	牛乳/しゅうまい	えのきたけ/わかめ/こねぎ/たけのこ/干し椎茸/りょくとうもやし/きゅうり/にんじん/パインアップル	牛乳 ソフトせんべい 牛乳 キングドーナツ	エネルギー 635 kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 22.2 g 食塩相当量 1.8 g
8 金	ナポリタンスパゲッティ ポテトスープ シーチキンサラダ オレンジ	スパゲッティ/オリーブ油/油/上白糖/じゃがいも	牛乳/ウィンナー/まぐろ缶	玉葱/青ピーマン/マッシュルーム/黄パプリカ/キャベツ/きゅうり/にんじん/オレンジ	牛乳 ベビーせんべい 牛乳 ソフトサラダ	エネルギー 490 kcal たんぱく質 16.4 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 2.2 g
11 月	ごはん 玉葱とたまごの味噌汁 大豆ハンバーグ いんげんのごま和え ピンクグレープフルーツ	精白米/パン粉/上白糖/かたくり粉/白ごま/じゃがいも/油	牛乳/たまご/米みそ/大豆水煮/豚ひき肉/牛ひき肉/ロースハム/ジョアプレーン/プロセスチーズ	玉葱/えのきたけ/さやいんげん/にんじん/グレープフルーツ	牛乳 ハイハイ ジョアプレーン チーズポテトもち	エネルギー 534 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.8 g
12 火	胚芽ロール コーンとじゃがいものスープ 鶏肉のマーマレード焼き グリーンサラダ バナナ	ウエハース/胚芽ロール/じゃがいも/かたくり粉/上白糖	牛乳/ベーコン/鶏肉モモ/まぐろ缶	玉葱/とうもろこし缶/しょうが/マーマレード/ジャム/ブロッコリー/カリフラワー/アスパラガス/バナナ/ルジジュース/寒天/温州蜜柑缶	牛乳 ウエハース 牛乳 みかんゼリー	エネルギー 522 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 1.6 g
13 水	ごはん 小松菜のすまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き風 切干大根の煮物 いちご	精白米/上白糖/無塩バター/マカロニ	牛乳/しろさけ/米みそ/油揚げ/凍り豆腐/きな粉	こまつな/玉葱/にんじん/キャベツ/えのきたけ/切干しだいこん/いちご	牛乳 ベビーせんべい 牛乳 きなこマカロニ	エネルギー 461 kcal たんぱく質 21.9 g 脂 質 11.3 g 食塩相当量 1.9 g
14 木	ソース焼きそば レタススープ ささみの和え物 オレンジ	中華めん/油/ごま油/上白糖/白ごま/精白米/天かす	牛乳/豚肉モモ/ベーコン/鶏肉ささ身	にんじん/キャベツ/りょくとうもやし/レタス/玉葱/ほうれんそう/オレンジ/こねぎ	牛乳 ハイハイ 麦茶 たぬきおむすび	エネルギー 510 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 9.6 g 食塩相当量 2.7 g
15 金	麦ごはん 豆腐ときのこのスープ 豚肉のもやし生姜焼き 梅ゴマサラダ グレープフルーツ	塩せんべい/精白米/押麦/上白糖/白ごま/マヨネーズ	牛乳/木綿豆腐/豚肉モモ/かつお節	生しいたけ/にんじん/葉ねぎ/しょうが/りょくとうもやし/まいたけ/キャベツ/きゅうり/ねり梅/グレープフルーツ	牛乳 野菜せんべい 牛乳 マリー	エネルギー 493 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 1.3 g
18 月	ひじきごはん にらとたまごの味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーのおかか和え もも(白)	精白米/油/三温糖/上白糖/薄力粉/無塩バター	牛乳/大豆水煮/油揚げ/たまご/絹ごし豆腐/米みそ/鶏肉モモ/かつお節/ヨーグルト(無糖)	にんじん/干ひじき/にら/しょうが/ブロッコリー/たけのこ/もも	牛乳 ベビーせんべい 牛乳 ヨーグルトマフィン	エネルギー 595 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 25.2 g 食塩相当量 2.3 g
19 火	食パン(いちごジャム) じゃがいものポターージュ サバのケチャップ焼き コーンサラダ バナナ	食パン/じゃがいも/有塩バター/油/かたくり粉/上白糖/精白米/白ごま	牛乳/まさば/ロースハム/しろさけ	いちごジャム/玉葱/とうもろこし缶/キャベツ/にんじん/バナナ	牛乳 ハイハイ 麦茶 鮭ごまおにぎり	エネルギー 529 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 2.0 g
20 水	チキンカレーライス トマトスープ ジャーマンポテト風サラダ いちご	精白米/じゃがいも/油/上白糖/マヨネーズ/お誕生日ケーキ	牛乳/鶏肉モモ/ベーコン/パルメザンチーズ/ジョアマスカット	にんじん/玉葱/レタス/とうもろこし缶/トマト缶/グリーンピース/いちご	牛乳 ポーロ ジョアマスカット お誕生日ケーキ	エネルギー 578 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 20.6 g 食塩相当量 1.8 g
21 木	アスパラガスのクリームスパゲッティ キャベツのスープ ブロッコリーのサラダ パイン	スパゲッティ/オリーブ油/じゃがいも/ホットケーキミックス/油/マヨネーズ	牛乳/ベーコン/パルメザンチーズ/ロースハム/ジョアプレーン	ぶなしめじ/アスパラガス/玉葱/キャベツ/にんじん/ブロッコリー/とうもろこし缶/パインアップル	牛乳 ベビーせんべい ジョアプレーン コーンパン	エネルギー 660 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 23.1 g 食塩相当量 1.8 g



日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
22 金	ごはん ほうれん草と豆腐のすまし汁 さわらの西京焼き 蓮根入りごまサラダ オレンジ	精白米/上白糖/白ごま	牛乳/絹ごし豆腐/さわら/米みそ	ねぎ/ほうれんそう/キャベツ/きゅうり/れんこん/にんじん/オレンジ	牛乳 ハイハイ 牛乳 チョイス	エネルギー 471 kcal たんぱく質 19.1 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.4 g
25 月	麦ごはん かぶと油揚げの味噌汁 肉じゃが もやしの甘酢和え ピンクグレープフルーツ	精白米/押麦/じゃがいも/しらたき/油/上白糖/白ごま/薄力粉	牛乳/油揚げ/米みそ/豚肉モモ/脱脂粉乳	かぶ/かぶ葉/玉葱/にんじん/グリーンピース/りょくとうもやし/きゅうり/グレープフルーツ/干しぶどう	牛乳 ビスケット 牛乳 人参蒸しパン	エネルギー 548 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.5 g
26 火	バターロール シェルマカロニスープ ポークビーンズ さつまいも入りかぼちゃサラダ バナナ	バターロール/マカロニ/油/上白糖/かたくり粉/さつまいも/マヨネーズ/精白米/押麦/白ごま	牛乳/ベーコン/豚肉モモ/大豆水煮/プロセスチーズ	赤パプリカ/玉葱/こねぎ/生しいたけ/にんじん/トマト缶/グリーンピース/かぼちゃ/きゅうり/バナナ	牛乳 ベビーせんべい 野菜ジュース ゆかりチーズおにぎり	エネルギー 610 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.2 g
27 水	けんちんうどん 鶏肉のごま焼き キャベツのこんぶ和え もも(黄)	うどん/さといも/上白糖/白ごま/ごま油/無塩バター/薄力粉	牛乳/鶏肉モモ/おから/たまご/ジョアマスカット	にんじん/ごぼう/生しいたけ/キャベツ/きゅうり/塩昆布/もも	牛乳 ハイハイ ジョアマスカット おからマフィン	エネルギー 492 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.5 g
28 木	ごはん 五目スープ ひき肉と野菜のチャプチェ 小松菜と卵のマヨネーズ和え オレンジ	塩せんべい/精白米/かたくり粉/はるさめ/三温糖/ごま油/油/上白糖/白ごま/マヨネーズ/薄力粉/無塩バター	牛乳/鶏肉モモ/豚ひき肉/まぐろ缶/きな粉	干し椎茸/にんじん/えのきたけ/こねぎ/玉葱/キャベツ/こまつな/とうもろこし缶/オレンジ	牛乳 ソフトせんべい 牛乳 きなこクッキー	エネルギー 566 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 22.7 g 食塩相当量 1.3 g

※献立は予定と変更になることもございます。予めご了承下さい。
※栄養価は3歳以上児の栄養価を載せています。

ご入園 ご進級 おめでとうございます

今年度も子ども達の
心と身体を元気に出来るような、
そして、保護者の皆様に
安心していただける安全な給食作りに
努めて参ります。

また、食育活動や日々の給食から
子ども達が食に興味関心を持てるよう
取り組んで参ります。

給食室職員紹介

栄養士 内野 里菜
成田 詔子

調理員 荻原 文
沓掛 さやか
渡邊 ルミ子



今年度はこの5人で給食を作って参ります。
何かお困りのことがありましたら、担任を
通してお気軽にお尋ねください☺
どうぞよろしくお願ひいたします🌸

お知らせ

ゆいまーる保育園では、特定原材料7品目（卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば）のうち、落花生とそばは使用しない給食を提供しています。その他の材料に関しては使用していますので、保育園で食べる前に一度ご家庭でお試しいただくようお願いいたします。

また、アレルギーのあるお子様に関しましては、医師によるアレルギー診断書の提出をお願いしています。診断書を基に除去食や代替食をお作りしていますので、お手数ですがご用意をお願いいたします。

今月の食育・行事食

1日は「入園進級お祝い献立」
20日は「お誕生会献立」



生クリームを使用するケーキ等のおやつは、1歳児ゆうな組から提供しています。ご家庭で準備をお願いいたします。

