

# 2024年 4月 よていこんだてひょう

わくやほいくえん

	月曜日	食材料名	火曜日	食材料名	水曜日	食材料名	木曜日	食材料名	金曜日	食材料名	土曜日	食材料名
	<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>		<b>5</b>		<b>6</b>	にゅうえんしき
おやつ	ぎゅうにゅう・しおせんべい	とりももにく、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、あぶら、すきむみるく、かれーるう／ぶろっこりー、にんじん、かつおぶし／ゆかり	むぎちや・みにぼんこざかな	あじ、にんにく、かたくりこ、あぶら／だいこん、にんじん、ぶたばら、いたごんにやく／たまねぎ、もめんどうふ、あぶらあげ、かつわかめ／しよぼん、こなちーず、かれーこ	ぎゅうにゅう・たべっこどうぶつ	もめんどうふ、つなあぶらづけ、ひじき、ほししいたけ、にんじん、たまねぎ、あぶら、かたくりこ／もやし、かつわかめ、ごま、ごまあぶら／だいこん、にんじん、あぶらあげ	ぎゅうにゅう・おれんじ	さば／じゃがいも、にんじん、びーまん、はむ、あぶら、ごまあぶら／たまねぎ、しめじ、あぶらあげ／こんぶつくだに	むぎちや・のりしおせんべい	とりももにく、まーまれーど、かたくりこ／すばげてい、おりーがおい、はむ、きゅうり、にんじん／だいこん、ペーこん、ねぎ／ふ、ばたー、きなこ		
主食	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
副食	ちきんかれー ぶろっこりーのおかまよどれさらだ むぎちや		あじのかおりやき だいこんとりにくののもの みそしる		いりどうふ わかめともやしのなむる みそしる		さばのしおやき みそしる おれんじ (3~5さい)		さばのしおやき みそしる おれんじ (3~5さい)		さばのしおやき みそしる おれんじ (3~5さい)	すばげていさらだ だいこんすーぶ
おやつ	ぎゅうにゅう ゆかりおにぎり		ぎゅうにゅう かれーまよとーすと		ぎゅうにゅう とつとちゃんせんべい		ぎゅうにゅう こんぶおにぎり		ぎゅうにゅう ふのきなごらすく		ぎゅうにゅう ふのきなごらすく	
エネルギー	353(458)		370(450)		310(445)		341(466)		348(421)			
たんぱく質	15.8(16.5)		21.7(18.9)		17.0(17.6)		17.8(18.9)		16.4(14.8)			
脂質	15.4(14.2)		22.0(17.8)		18.2(16.8)		15.7(15.4)		22.0(17.4)			
塩分	1.3(1.1)		1.6(1.3)		2.0(1.6)		1.3(1.0)		1.2(0.9)			
	<b>8</b>		<b>9</b>	めんのひ	<b>10</b>		<b>11</b>		<b>12</b>		<b>13</b>	
おやつ	むぎちや・びすこ	ぶたかたろーす、たまねぎ、しょうが、にんにく、あぶら、ごま／まろに、きゅうり、つなみすに、こーんかん	ぎゅうにゅう・ばなな	ぶたかたろーす、きゃべつ、たまねぎ、もやし、にんじん、ごまあぶら／かぼちや、ばたー	ぎゅうにゅう・とつとちゃんせんべい	さけ、あぶら、ごま／おから、いたごんにやく、あぶらあげ、ねぎ、にんじん、ごまあぶら／じゃがいも、たまねぎ、えのきたけ、かつわかめ／しよぼん、いちごじゃむ	ぎゅうにゅう・おれんじ	ぶたかたろーす、なまあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、びーまん、しょうが、にんにく、ごまあぶら、かたくりこ／ほうれんそう、もやし、にんじん、つなあぶらづけ／じゃがいも、なす、こねぎ／たまねぎ、ペーこん	むぎちや・しおせんべい	あかうお、しょうが／ぶたももにく、びーまん、にんじん、はるさめ、あぶら、かたくりこ／しめじ、きゃべつ、もめんどうふ、あぶらあげ／ほとけーきみつす、くりーむこーんかん、よーぐると、こーんかん		
主食	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
副食	ぶたどん まかろにさらだ むぎちや すていつくちーず		しおちゃんぼんどうん かぼちやのしおばたーそてー むぎちや いちご		さけのごまてりやき おからいり みそしる		あつあげぶたにのみそいため ほうれんそうのつなあえ みそしる おれんじ (3~5さい)		あつあげぶたにのみそいため ほうれんそうのつなあえ みそしる おれんじ (3~5さい)		あかうおのざかな みそしる	
おやつ	ぎゅうにゅう きらきらほしのぼふ		ぎゅうにゅう さけおにぎり		ぎゅうにゅう いちごじゃむさんど		ぎゅうにゅう けちやつぶらいすのおにぎり		ぎゅうにゅう こーんぶれつど			
エネルギー	336(430)		451(416)		320(447)		382(488)		347(408)		409(372)	
たんぱく質	18.2(16.5)		15.7(14.4)		20.1(20.3)		18.0(18.4)		23.9(20.2)		15.7(13.7)	
脂質	20.4(16.5)		12.3(11.5)		14.6(14.1)		18.4(17.0)		13.5(10.2)		12.1(11.3)	
塩分	1.2(1.0)		2.6(1.9)		1.8(1.5)		1.4(1.1)		1.4(1.1)		2.8(2.2)	
	<b>15</b>		<b>16</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19</b>	おたんじょうかい	<b>20</b>	
おやつ	ぎゅうにゅう・ばなな	たら、あぶら／ぶたひきに、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、あぶら／なす、たまねぎ、あぶら／うめほし、ごま	むぎちや・みにぼんこざかな	とりももにく、じゃがいも、たまねぎ、きゃべつ、にんじん、しめじ／まかろに、たまねぎ、びーまん、ペーこん、あぶら／ふりかけ／ほとけーきみつす、しらたまこ、とけるちーず	むぎちや・のりしおせんべい	もめんどうふ、ぶたかたろーす、じゃがいも、にんじん、ねぎ、しめじ、あぶら、かたくりこ／もやし、にんじん、ごまつな、ごまあぶら／なめこ、だいこん、ねぎ、あぶらあげ／しよぼん、ばたー	ぎゅうにゅう・おれんじ	さば、たまねぎ、しょうが／きゅうり、かつわかめ、ごま／じゃがいも、にんじん、しめじ／もちごめ、くろごま	むぎちや・しおせんべい	あぶらあげ、たけのこみすに、にんじん、でんぶ、きやえんどう、ぎよにこそーせーじ、いなりのかわ／とりももにく、にんじん、しょうが、こーんぶれーく／ぶろっこりー、こーんかん、あぶら／ふ、えのきたけ、ねぎ／よーぐると、いちごじゃむ、ほいつぶくりーむ		
主食	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
副食	たらさいきょうやき じゃがいもとひじきのもの みそしる ばなな (3~5さいじ)		ぼとふ まかろにそてー むぎちや ふりかけ		とうふのちゅうかいため もやしのあえもの みそしる		さばとたまねぎのみそに きゅうりとわかめのすのもの みそしる おれんじ (3~5さい)		さばとたまねぎのみそに きゅうりとわかめのすのもの みそしる おれんじ (3~5さい)		たけのごはん とりにくのこーんぶれーくやき ぶろっこりーとこーんのさらだ すましじる みにせりー	
おやつ	ぎゅうにゅう うめおにぎり		ぎゅうにゅう ぼんでけーじよ		ぎゅうにゅう しゆがーばたーとーすと		ぎゅうにゅう ごまおはぎ		ぎゅうにゅう ごまおはぎ			
エネルギー	395(501)		372(458)		342(423)		343(459)		514(425)		428(406)	
たんぱく質	21.7(20.8)		17.5(16.3)		17.1(15.6)		17.3(17.7)		20.0(15.7)		15.7(14.6)	
脂質	15.0(14.3)		17.5(15.0)		16.9(13.0)		13.9(13.5)		16.0(13.0)		14.2(13.3)	
塩分	1.9(1.6)		2.2(1.9)		1.5(1.4)		1.6(1.2)		2.3(1.7)		0.7(0.7)	



★ 子どもたちが読めるようにすべてひらがな表記にしています。(大人には読みづらい部分もありますが、ご理解いただきたいと思います。)  
 ★ 給与栄養量について…3・4・5才児の平均栄養量(副食+午後おやつ)を表記しています。0・1・2才児の平均栄養量は、〔 〕の値になります。  
 ★ 食材料の内容は、使用している主な食材料を表記しています。調味料類・穀物類・牛乳・ヨーグルト・デザートなどは省略しています。  
 ★ 1・2才児の主食(ごはん)のお米は、『七分つき米』を使用しています。 ★ 食材の入荷状況により、献立が変更になる場合があります。



# 2024年 4月 よていこんだてひょう

わくやほいくえん

	月曜日		食材料名	火曜日		食材料名	水曜日		食材料名	木曜日		食材料名	金曜日		食材料名	土曜日		食材料名		
	22			23			24			25			26			27				
おやつ	ぎゅうにゅう・ばなな		あじ、かれーこ、こむぎこ、あぶら／きやべつ、ちやし、にんじん、びーまん、つなあぶらづけ、ごまあぶら／かぼちゃ、ねぎ、あぶらふり／あおなぶりかけ	むぎちや・びすこ		かたそだいでず、ぶたももにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、あぶら、ばたー、ほーるとまと、ぼせりこ／はるさめ、はむ、ちやし、きゅうり、こーんかん、ごまあぶら／あおなぶりかけ	ぎゅうにゅう・とつとちやんせんべい		とりひきにく、ちやめんどろふ、たまねぎ、かたくりこ、あぶら、ごま／ひじき、さつまいも、にんじん、あぶらあげ、あぶら／なめこ、だいにん、ねぎ／しよくばん、ぶりにえる	ぎゅうにゅう・おれんじ		たら、ばんこ、こなちーず、ばたー、ぼせり／じゃがいも、にんじん、きゅうり、ちーず、はむ／ちやめんどろふ、きやべつ、あぶらあげ	むぎちや・しおせんべい		とりむねにく、すりごま、あぶら、かたくりこ／きやべつ、にんじん、すりごま／くりーむこーんかん、こーんかん、たまねぎ、かたくりこ／べんね、おーぶおいる、みーとそーす、こなちーず、ぼせりこ	ぎゅうにゅう・やきがし		ほしうどん、とりももにく、にんじん、たまねぎ、こまつな、かれーるう、かたくりこ		
主食	ごはん			ごはん			ごはん			ごはん			ごはん			ごはん			ごはん	
副食	あじのかれーふうみやき やさしいため みそしる ばなな (3~5さい)			ぼーくびーんず はるさめさらだ むぎちや			しょうふうやき ひじきとさつまいものいりに みそしる			たらのぼんこやき ませどあんさらだ みそしる おれんじ (3~5さい)			とりむねにくのみそつけやき きやべつすあえ こーんすーぶ			かれーうどん ぎゅうにゅう とまと みかんかん				
おやつ	じあますかつと ぱりぱりぼてと			ぎゅうにゅう あおなおにぎり			ぎゅうにゅう ぶりにえるばん			ぎゅうにゅう ごへいもち			ぎゅうにゅう べんねみーと			ぎゅうにゅう やきがし				
エネルギー	355(465)			335(443)			329(452)			401(503)			376(455)			428(378)				
たんぱく質	18.3(18.3)			21.9(20.2)			17.1(18.1)			22.3(21.7)			18.7(17.2)			19.2(16.3)				
脂質	13.5(12.5)			11.3(9.7)			15.5(14.7)			15.8(14.7)			20.0(15.7)			12.7(11.9)				
塩分	1.2(0.9)		1.2(1.0)		1.5(1.2)		1.5(1.2)		1.4(1.1)		2.7(2.0)									

	29	しょうわのひ	30	
おやつ	むぎちや・みにぼんこざかな			
主食	ごはん			
副食	ぶたにくとやさしいかれーいため べいんどぼてと きのこすーぶ			
おやつ	ぎゅうにゅう かつおぶしとごまのおにぎり			
エネルギー	385(471)			
たんぱく質	16.5(15.1)			
脂質	19.4(16.1)			
塩分	1.2(1.0)			

お知らせ

**完全給食(行事食)について**  
 お誕生会・麺の日など、全園児が完全給食の日を太枠でかこんでいます。  
 完全給食の日は、3・4・5才児も主食が提供されますので、箸やフォークとおしぼりを持って登園してください。

お源貝!

**3・4・5歳児の持参する白ごはんについて**  
 ご飯の量は100g程度が理想量ですが、お子さんが食べられる量を持参してください。  
 園では年間を通して温飯器を使用し、食中毒の予防に努め、温かいご飯を提供できるようにしています。お弁当箱は高温での保管に耐えられるアルマイト製のものを使用してください。  
 また、園ではこども達の健康を考え、栄養管理をしていますので、ごま塩・ふりかけ・梅干し等は入れないようにお願いします。

★ 子どもたちが読めるようにすべてひらがな表記にしています。(大人には読みづらい部分もありますが、ご理解いただきたいと思います。)

★ 給与栄養量について…3・4・5才児の平均栄養量(副食+午後おやつ)を表記しています。0・1・2才児の平均栄養量は、[ ]の値になります。

★ 食材料の内容は、使用している主な食材料を表記しています。調味料類・穀物類・牛乳・ヨーグルト・デザートなどは省略しています。

★ 1・2才児の主食(ごはん)のお米は、『七分つき米』を使用しています。 ★ 食材の入荷状況により、献立が変更になる場合があります。

