

給食献立表

2024・4月

日高市立保育所

| 日 | 曜 | 3 歳 以 上 児 | |
|----|---|---|----------------|
| | | 昼 食 | お や つ |
| 1 | 月 | ご飯・豚肉生姜焼き・コールスローサラダ・みそ汁(豆腐、わかめ) | ジョア・サブレ・せんべい |
| 2 | 火 | ご飯・赤魚甘辛煮・青菜3色和え・みそ汁(岩のり、じゃがいも) | 牛乳・ふかしいも |
| 3 | 水 | ご飯・鶏肉胡麻みそ焼き・もやしとピーマンのおかか和え・すまし汁(かまぼこ、玉ねぎ、小松菜) | 牛乳・にら入りおやき |
| 4 | 木 | ご飯・八宝菜・きゅうり梅肉和え・わかめスープ | 牛乳・ココア蒸しパン |
| 5 | 金 | ご飯・鮭塩焼き・肉じゃが・みそ汁(チンゲン菜、高野豆腐) | 牛乳・きな粉ラスク |
| 6 | 土 | 茶・ミートドリア | |
| 8 | 月 | ご飯・さつまカレー・フルーツヨーグルト | 牛乳・原宿ドック |
| 9 | 火 | ご飯・カレー煮付け・ひじき煮・みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ、水菜) | 牛乳・いもようかん |
| 10 | 水 | ご飯・豚肉ケチャップ炒め・白菜と人参のおかか和え・みそ汁(大根、油揚げ) | 牛乳・ぼてともち |
| 11 | 木 | ご飯・豆腐ひじきハンバーグ・きんぴらごぼう・トマト・みそ汁(きゃべつ、麩) | 牛乳・マカロニきな粉 |
| 12 | 金 | ご飯・はんぺんフライ・コールスローサラダ・レタススープ | 茶・バナナフレーク |
| 13 | 土 | 茶・ナポリタンスパゲティ | |
| 15 | 月 | ご飯・すき焼き風煮・トマトときゅうりの甘酢和え・みそ汁(さといも、ほうれん草) | 牛乳・焼きそば |
| 16 | 火 | ご飯・さばのみそ煮・ほうれん草とひじきのサラダ・すまし汁(なると、玉ねぎ、豆苗) | 茶・おかかチーズにぎり |
| 17 | 水 | ご飯・ささみレモン焼き・大根煮・みそ汁(チンゲン菜、高野豆腐) | 牛乳・バターラスク・キウイ |
| 18 | 木 | ご飯・厚焼き卵・スパゲティサラダ・みそ汁(えのき、にら) | 牛乳・ホットケーキ |
| 19 | 金 | ご飯・ふわふわさつま揚げ・白菜ときゅうりの胡麻甘酢和え・みそ汁(じゃがいも、大根、わけぎ) | 牛乳・スイートポテト |
| 20 | 土 | 茶・ミートソーススパゲティ | |
| 22 | 月 | ご飯・ポークカレー・キャベツとハムとブロッコリーのサラダ | 牛乳・フルーツポンチ |
| 23 | 火 | ご飯・赤魚甘辛煮・さといも煮・みそ汁(かぼちゃ、玉ねぎ、水菜) | 牛乳・シュガーラスク |
| 24 | 水 | ご飯・松風焼・小松菜なめたけ和え・すまし汁(はんぺん、チンゲン菜) | 茶・肉うどん |
| 25 | 木 | ご飯・麻婆豆腐・スティックきゅうり・グレープフルーツ・春雨スープ | 牛乳・しらす炒飯 |
| 26 | 金 | わかめご飯・おでん風煮・ブロッコリーおかか和え | 牛乳・お好み焼き |
| 27 | 土 | 茶・ミートドリア | |
| 30 | 火 | ご飯・マグロバーベキュー・納豆和え・みそ汁(玉ねぎ、わかめ) | 牛乳・じゃがバター風・キウイ |

ご入所、ご進級おめでとうございます！

☆ 3 新年度がスタートしました ☆ 3

市内公立保育所では、統一献立で給食を実施しています。子どもたちはこれからゆっくと新しい環境に慣れていきます。その中で子どもたちにとって、給食の時間が楽しいひとときになるよう努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

なお、各保育所での行事等により献立に変更が生じる場合がありますが、ご了承ください。

3歳未満児

エネルギー：435kcal

タンパク質：18.3g

脂 質：14.0g

3歳以上児

エネルギー：518kcal

タンパク質：21.1g

脂 質：15.7g

★子どもたちに人気のいちおしメニュー(レシピ付き)を掲載しています。
日高市子育て応援課のホームページ“公立保育所のおひるごはん”をご覧ください。

HP

日高市 公立保育所のおひるごはん

検索

