

# 2024年4月

## 幼児食だより

四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1月 出会の日	ご飯 野菜炒め(ピーマン入) 豆腐とワカメのみそ汁	米/豚肉、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ピーマン、ごま油、鶏がらスープ、食塩、白こしょう、砂糖、濃口醤油/豆腐、カットわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、ブルーベリージャム	牛乳 果物 ◎ワッフル(ブルーベリー)
2火	ご飯 ポークカレー 胡瓜とツナのサラダ(ごまドレ)	米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルゲン27品目不使用)、ケチャップ、油、水/きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、ノンオイルドレッシングクリーム/胡麻/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎きな粉蒸しパン
3水	ご飯 ナゲット ブロッコリーサラダ(ポン酢) チンゲン菜のスープ	米/鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、生姜、食塩、白こしょう、片栗粉、油、ケチャップ/ブロッコリー、ホールコーン、にんじん、ポン酢/チンゲン菜、にんじん、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/ジョア(プレーン)/果物/ポップコーン用コーン、油、バター、食塩/かぼちゃ	ジョア(プレーン) 果物 ◎ポップコーン かぼちゃボーロ【1歳児】
4木	ご飯 煮魚(さわら) 胡瓜の甘酢和え 小松菜と豆腐のみそ汁	米/さわら、生姜、濃口醤油、砂糖、酒、水/きゅうり、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/こまつな、豆腐、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、いりごま、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎ごまクッキー
5金	三色丼 ベビーチーズ ほうれん草と麩のすまし汁	米、だし昆布、薄口醤油、酒、食塩、鶏ミンチ、濃口醤油、砂糖、本みりん、油、生姜、三度豆、食塩、にんじん、だし昆布、水、砂糖、食塩/ベビーチーズ/ほうれん草、たまねぎ、麩、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/さつまいも、油、砂糖、水あめ、濃口醤油、水、黒ごま	牛乳 果物 ◎大学芋
6土	味噌ラーメン 果物	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、緑豆もやし、青ねぎ、油、ごま油、鶏がらスープ、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、水/果物/牛乳/十勝バターレーズンスティック[既製品のパン]	牛乳 十勝バターレーズンスティック
8月	ご飯 豆腐の肉あんかけ 大根のみそ汁	米/豆腐、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、油、砂糖、濃口醤油、煮干し、水、片栗粉/だいこん、青ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/ほうじ茶/ココアプラス(ヨーグルト)/米、まぜごはんのもと(6色の野菜)	お茶 ココアプラス ◎おにぎり(まぜごはん)
9火	シーチキン炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) キャベツとコーンのスープ	米、ツナフレーク油漬、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、油、食塩、鶏がらスープ、濃口醤油、油/ブロッコリー、食塩、マヨドレ/キャベツ、たまねぎ、コーン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/ポークウインナー、米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケチャップ	牛乳 果物 ◎ウインナーパンケーキ(米粉)
10水	ご飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のおかか和え 豆腐のみそ汁	米/鶏もも肉、濃口醤油、本みりん、酒、生姜、濃口醤油、砂糖、本みりん、水、片栗粉、水/チンゲン菜、にんじん、濃口醤油、砂糖、花かつお/豆腐、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ロイヤルブレッド(サンドイッチ用)、いちごジャム	牛乳 果物 ◎ジャムサンド(耳無し)
11木	青菜のごはん 野菜のみそだれかけ えのきのすまし汁	米、菜めしの素/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、じゃがいも、にんじん、板こんにゃく、濃口醤油、だし昆布、水、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、砂糖、本みりん、だし汁、いりごま、油/えのきたけ、たまねぎ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/りんご、みかん缶、パイン缶、あわせゼリー(マスカット)、水、砂糖/揚一番	牛乳 ◎フルーツカクテル 揚一番
12金	ご飯 あじのフライ(カクテルソース) 春雨サラダ もやしとベーコンのスープ	米/とろあじ(骨なし)、白こしょう、薄力粉、水、パン粉、油、ケチャップ、トンカツソース/春雨、きゅうり、にんじん、カットわかめ、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/緑豆もやし、たまねぎ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、ホットケーキミックス(乳成分なし)、砂糖、レーズン、油、水	牛乳 果物 ◎パウンドケーキ風
13土	わかめうどん 果物	うどん、鶏むね肉、うすあげ、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/ネオ黒糖ロール[既製品のパン]	牛乳 ネオ黒糖ロール
15月	ご飯 チキンカレー マカロニサラダ	米/鶏むね肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルゲン27品目不使用)、ケチャップ、油、水/マカロニ、きゅうり、にんじん、マヨドレ/ほうじ茶/フルーチェ(ピーチ)、牛乳/源氏パイ	お茶 ◎フルーチェ(ピーチ) 源氏パイ
16火	ご飯 ポークチャップ キャベツの和え物 麩とワカメのみそ汁	米/豚肉、たまねぎ、食塩、白こしょう、油、ケチャップ、トンカツソース/キャベツ、きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖/麩、カットわかめ、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/おから、薄力粉、砂糖、マーガリン、豆乳ホイップ、レーズン、水	牛乳 果物 ◎卵の花クッキー



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
お誕生日食			
17 水	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーと人参のポン酢和え 豆腐とねぎのすまし汁	米、たけのこ、にんじん、濃口醤油、薄口醤油、食塩、酒、だし昆布、鶏もも肉、食塩、白こしょう、片栗粉、油、ブロッコリー、にんじん、ポン酢、豆腐、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水、きになる野菜、アップル&キャロット/果物/米粉のホットケーキミックス、ココア、砂糖、水、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(アップル&キャロット) 果物 ◎ココアカップケーキ (ホイップつき)
18 木	ご飯 さばのみそ煮 大根サラダ キャベツのすまし汁	米/さば、生姜、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、酒、水/だいこん、きゅうり、にんじん、酢、薄口醤油、砂糖、ごま油/キャベツ、しめじ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/食パン(卵なし)、きな粉、水、マーガリン、砂糖	牛乳 果物 ◎きなこラスク
19 金	ご飯 八宝菜 豆腐のみそ汁	米/豚肉、むきえび、はくさい、たまねぎ、にんじん、緑豆もやし、ピーマン、濃口醤油、食塩、油、ごま油、鶏がらスープ、片栗粉、水/豆腐、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水、サイコロチーズ	牛乳 果物 ◎チーズ蒸しパン
20 土	イタリアンスパゲティー 果物	スパゲティ、オリーブ油、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、トマトピューレ、ウスターソース、ケチャップ、油、食塩/果物/牛乳/アンパンマンミニスナック(野菜)[既製品のパン]	牛乳 アンパンマンミニスナック (野菜)
22 月	ご飯 かぼちゃ入りシチュー ブロッコリーと人参のサラダ	米/鶏もも肉、じゃがいも、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、クリームシチューの素、牛乳、水/ブロッコリー、にんじん、マヨドレ、食塩/牛乳/果物/米、米みそ(淡色辛みそ)、いりごま、砂糖、水	牛乳 果物 ◎五平餅風
23 火	ご飯 焼き魚(さけ) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜のみそ汁	米/銀鮭(骨なし)、油、ポン酢/芽ひじき、にんじん、つきこんにやく、うすあげ、三度豆、油、砂糖、濃口醤油、だし昆布、業務用だし、だし汁/はくさい、たまねぎ、だし昆布、業務用だし、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、水/牛乳/果物/中華めん(やきそば用)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、お好みソース(コープ)、ウスターソース、油、食塩	牛乳 果物 ◎やきそば
24 水	ご飯 ミートボール もやしの和え物 チンゲン菜のスープ	米/豚ミンチ、たまねぎ、生姜、パン粉、片栗粉、油、ケチャップ、トンカツソース、砂糖、水/緑豆もやし、きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖/チンゲン菜、たまねぎ、しめじ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/おいしいプリン《卵不使用》/ハッピーターン	牛乳 果物 おいしいプリン(Ca+鉄) ハッピーターン
25 木	ふりかけご飯(かつお) 厚揚げの煮付け 青菜のみそ汁	米、ふりかけ(かつお)/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、にんじん、ごぼ天、三度豆、砂糖、濃口醤油、本みりん、煮干し、だし昆布、水/こまつな、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、水、豆乳、ホールコーン、油	牛乳 果物 ◎コーンフリッター
26 金	ご飯 焼き肉風 豆腐とワカメのすまし汁	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、砂糖、本みりん、ごま油/豆腐、カットわかめ、えのきたけ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、アスパラガス、マヨドレ、ピザ用チーズ、油	牛乳 果物 ◎ポテトグラタン(アスパラガス)
27 土	カレーうどん 果物	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、水、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、カレー粉、薄口醤油、食塩、油、片栗粉/果物/牛乳/スナックパン[既製品のパン]	牛乳 スナックパン
29 月	<h2 style="text-align: center;">昭和の日</h2>		
30 火	豚丼 ほうれん草のみそ汁	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、青ねぎ、糸こんにやく、生姜、油、濃口醤油、酒、本みりん、砂糖、煮干し、水/ほうれん草、豆腐、しめじ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ

※岡部保育所は、4/25(木)厨房消毒日のため給食がありません。

4月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	578 kcal	鉄	2.4 mg
	たんぱく質	21.6 g	カルシウム	268 mg
	脂質	18.9 g	ビタミンC	28 mg
	塩分	2.2 g	食物繊維	4.4 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※1~2歳児クラスは、10時に牛乳がつきます。

※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類を提供予定です。

