

日付	献立名	材料名	おやつ
1(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	兜春巻き 春巻きの皮 じゃがいも バター コシメ油 牛乳
2(土)	わかめスープ パナ	中華麺 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 わかめ コシメ油 塩 パナ	加ターローパン 2~5歳児 まがりせんべい 0~1歳児 マリビスケット 牛乳
7(木)	ごはん 鶏のハーフチーリス マカニチチチ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカニチチチ 人参 マトトレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
8(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
9(土)	たぬきうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん チーズ	バニラパン 2~5歳児 雪の宿 0~1歳児 ウィーク 牛乳
11(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 バター じゃがいも 玉ねぎ コシメ油 塩	ブレンケーキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 バター キングパウダー 豆乳 牛乳
12(火)	ハンバーグ きゃべつのサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリルソース 油 コシメ水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマト レタス 醤油 ウスターソース 塩 ツナ水煮 きゅうり キャベツ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちご ジャム 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0~1歳児 お子様せんべい
13(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
14(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 バター キングパウダー 水 油 牛乳
15(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
16(土)	和風ちゃんぽん パナ	中華麺 バター キャベツ 人参 たけのこ もやし ねぎ コシメ油 塩 パナ	北海道ミルクパン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0~1歳児 お子様せんべい 牛乳
18(月)	ごはん 豚肉の生姜炒め コリメチ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 生姜 油 醤油 みりん 三温糖 バター じゃがいも 油 コシメ 塩 麩 ほうれん草 かつおだし汁 みそ	きなこペースト 食パン きな粉 三温糖 マーガリン 牛乳
19(火)	鶏の甘辛煮 ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	米 鶏もも肉 玉ねぎ 醤油 みりん 三温糖 油 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 卵 えのき ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	あずきワッフル 小麦粉 ゆであずき 三温糖 油 水 牛乳
20(水)	ごはん 魚のフライ ルンチチチ みそ汁	米 鱈 小麦粉 バター キングパウダー 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖 キャベツ 人参 きゅうり コシメ油 酢 三温糖 塩 南瓜 玉ねぎ 油揚げ かつおだし汁 みそ	りんごかん 寒天 三温糖 水 りんごジュース 牛乳
21(木)	ごはん 鶏のハーフチーリス マカニチチチ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカニチチチ 人参 マトトレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
22(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ バター 人参 玉ねぎ ピーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
23(土)	煮込みうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 ほうれん草 しいたけ ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん 塩 チーズ	加ターローパン 2~5歳児 星たべよ 0~1歳児 ハルイ 牛乳

日付	献立名	材料名	おやつ
25(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 パセリ じゃがいも 玉ねぎ コシコシ 醤油 塩	プレーンキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 ベークパウダー 豆乳 牛乳
26(火)	カレー きやべつのカラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コシコシ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマトソース 醤油 ウスターソース 塩 ツナ水煮 きゅうり ケチャップ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちご シリアル 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい
27(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
28(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 ケチャップ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 ベークパウダー 水 油 牛乳
29(金)	ごはん 魚の竜田揚げ きゅうりのごま和え みそ汁	米 たら 醤油 酒 生姜 片栗粉 油 鶏ささ身 酒 きゅうり 人参 三温糖 醤油 ごま ケチャップ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
30(土)	コロッケ パナ	中華麺 パセリ 白菜 玉ねぎ コシコシ ねぎ コシコシ 醤油 塩 パナ	ミニ黒糖パン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 野菜せんべい 牛乳

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です
 ※0、1歳児クラスは、市販菓子によっては赤ちゃん用のお菓子里に代わります

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。
 集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。
 保育園で初めて口にしない食材がないよう、食物アレルギーのないお子様も
 毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に
 食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給食のスプーンとフォークについて



印の日はスプーンをお持ちください



印の日はフォークをお持ちください

(お箸を持参されているお子様は

フォークの持参は不要です)

(0、1、2歳児クラスには、
スプーン・フォークを提供しています)

今月のおすすめ献立 いもち



【材料】

- じゃが芋 100g
- 片栗粉 小さじ4
- (たれ)
- ☆水 大さじ2
- ☆醤油 小さじ1
- ☆砂糖 小さじ1
- ☆みりん 小さじ1
- ☆片栗粉 小さじ1/2

【作り方】

- ①じゃが芋の皮をむき、電子レンジにかけるなどで柔らかくしてつぶして片栗粉を加えよく混ぜる。
(バター5g程度を溶かし混ぜても美味しいです！)
- ②平たい円形にしてオーブン180℃で15分焼くか、油をひいたフライパンでふたをし、中火で両面をこんがり焼く。
- ③☆の材料を耐熱容器に入れ良く混ぜてから、電子レンジ600wで30秒加熱する。一度だし、よく混ぜてからもう一度10~20秒ほど加熱したれを作る。※レンジにより違いがあるので様子を見ながら加熱して下さい。
焼き上がったいもちにたれをかけて出来上がりです！



調理室より

春から初夏にかけて、きやべつ・新玉ねぎ・そら豆
 アスパラガスなどの美味しい旬の野菜が増えてきます。
 旬の食材は栄養が豊富で味もよく、食べやすいです。
 園でも季節の食材を取り入れ、食べる楽しさを伝えて
 いきたいです。



日付	献立名	材料名	おやつ
1(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	兜春巻き 春巻きの皮 じゃがいも パン コシメ 油 牛乳
2(土)	わかめラーメン パナ	中華麺 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 わかめ コシメ 醤油 塩 パナ	加タードローパン 2~5歳児 まがりせんべい 0・1歳児 マリビスタット 牛乳
7(木)	ごはん 鶏のバーベキューソース マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ ツ水煮 人参 マドレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
8(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ パン 人参 玉ねぎ ビーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
9(土)	ためきうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 玉ねぎ 白菜 ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん チーズ	パスタローパン 2~5歳児 雪の宿 0・1歳児 ウィルス 牛乳
11(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 パン じゃがいも 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	プレーンケーキ 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 ベーキングパウダー 豆乳 牛乳
12(火)	ハンバーグ きゃべつのサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリルソース 油 コシメ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマト ユレ 醤油 ウスターソース 塩 ツ水煮 きゅうり キャベツ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちご ジャム 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい
13(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
14(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水 油 牛乳
15(金)	ごはん 魚の照り焼き ひじき煮 みそ汁	米 鮭 醤油 三温糖 みりん 酒 ひじき 人参 油揚げ 干しいたけ 油 かつおだし汁 醤油 三温糖 みりん キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
16(土)	和風ちゃんぽん パナ	中華麺 パン キャベツ 人参 たけのこ もやし ねぎ コシメ 醤油 塩 パナ	北海道ミルクパン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 お子様せんべい 牛乳
18(月)	ごはん 豚肉の生姜炒め コシメ汁 みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 生姜 油 醤油 みりん 三温糖 パン じゃがいも 油 コシメ 塩 麩 ほうれん草 かつおだし汁 みそ	きなこパンストワード 食パン きな粉 三温糖 マーガリン 牛乳
19(火)	鶏の甘辛煮 ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	米 鶏もも肉 玉ねぎ 醤油 みりん 三温糖 油 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 卵 えのき ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	あずきサラダ 小麦粉 ゆであずき 三温糖 油 水 牛乳
20(水)	ごはん 魚のフライ ルンバサラダ みそ汁	米 鱈 小麦粉 ベーキングパウダー 水 パン粉 油 ケチャップ ウスターソース 三温糖 キャベツ 人参 きゅうり コシメ 油 酢 三温糖 塩 南瓜 玉ねぎ 油揚げ かつおだし汁 みそ	りんごかん 寒天 三温糖 水 りんごジュース 牛乳
21(木)	ごはん 鶏のバーベキューソース マカロニサラダ わかめスープ	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 三温糖 マカロニ ツ水煮 人参 マドレ 塩 わかめ 玉ねぎ コシメ 醤油 塩	いももち じゃがいも 片栗粉 油 水 三温糖 醤油 水 片栗粉 牛乳
22(金)	ごはん 焼き魚の甘だれかけ ごま和え すまし汁	米 かれい 醤油 三温糖 みりん 酒 水 片栗粉 生姜 キャベツ ほうれん草 人参 ごま 醤油 三温糖 豆腐 白菜 ねぎ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	スパゲティ スパゲティ パン 人参 玉ねぎ ビーマン 油 ケチャップ 塩 牛乳
23(土)	煮込みうどん チーズ	うどん 鶏もも肉 油揚げ 人参 ほうれん草 しいたけ ねぎ かつおだし汁 醤油 みりん 塩 チーズ	加タードローパン 2~5歳児 星たべよ 0・1歳児 ルンバ 牛乳

日付	献立名	材料名	おやつ
25(月)	ごはん 松風焼き 切干大根の甘酢和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 みそ 三温糖 酒 醤油 ごま ごま油 切り干し大根 人参 酢 三温糖 醤油 パスタ じゃがいも 玉ねぎ コツメ 醤油 塩	プレーンヨーグルト 小麦粉 卵 マーガリン 三温糖 ベーキングパウダー 豆乳 牛乳
26(火)	しゃぶしゃぶ きゃべつのサラダ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 グリンピース 油 コツメ 水 三温糖 小麦粉 ケチャップ トマト ユレ 醤油 ウスターソース 塩 ツナ水煮 きゅうり キャベツ 酢 ごま油 三温糖 醤油	ストロベリーヨーグルト ヨーグルト いちご シリアル 三温糖 2~5歳児 クラッカー 0・1歳児 お子様せんべい
27(水)	ごはん 魚の煮つけ 塩こんぶ和え みそ汁	米 かれい 生姜 醤油 三温糖 みりん 酒 かつおだし汁 ほうれん草 もやし 人参 塩こんぶ かつお節 醤油 豆腐 大根 油揚げ ねぎ かつおだし汁 みそ	五平餅 米 みそ 三温糖 みりん 牛乳
28(木)	ごはん ふきと豚肉の煮物 添え野菜 すまし汁	米 豚肉 キャベツ 人参 ふき 油揚げ かつおだし汁 醤油 三温糖 ブロッコリー 塩 麩 えのき わかめ かつお・昆布だし汁 醤油 みりん 塩	白蒸しパン 小麦粉 三温糖 ベーキングパウダー 水 油 牛乳
29(金)	ごはん 魚の竜田揚げ きゅうりのごま和え みそ汁	米 たら 醤油 酒 生姜 片栗粉 油 鶏ささ身 酒 きゅうり 人参 三温糖 醤油 ごま キャベツ 玉ねぎ ねぎ かつおだし汁 みそ	南瓜パイ 南瓜 さつまいも 三温糖 ぎょうざの皮 油 牛乳
30(土)	コロッケ パスタ	中華麺 パスタ 白菜 玉ねぎ コーン ねぎ コツメ 醤油 塩	ミニ黒糖パン 2~5歳児 ぼたぼた焼き 0・1歳児 野菜せんべい 牛乳

※食材料の入荷状況により、使用する食材や献立を変更することがあります
 ※マヨドレは卵不使用のマヨネーズ風味の調味料です
 ※0、1歳児クラスは、市販菓子によっては赤ちゃん用のお菓子に代わります

～給食で使用する食材について～

近年、食物アレルギーの新規発症者が増加傾向にあります。
 集団給食でのアレルギー対応は、安全性を最優先することが必須となっています。
 保育園で初めて口にする食材がないよう、食物アレルギーのないお子様も
 毎月の献立表で材料を確認し、食べたことがない食材はご家庭で事前に
 食べて症状が出ないことを確認していただくようお願いいたします。



給食のスプーンとフォークについて



印の日はスプーンをお持ちください



印の日はフォークをお持ちください

(お箸を持参されているお子様は

フォークの持参は不要です)

(0、1、2歳児クラスには、
スプーン・フォークを提供しています)

今月のおすすめ献立 いももち



【材料】

- じゃが芋 100g
- 片栗粉 小さじ4 (たれ)
- ☆水 大さじ2
- ☆醤油 小さじ1
- ☆砂糖 小さじ1
- ☆みりん 小さじ1
- ☆片栗粉 小さじ1/2

【作り方】

- ①じゃが芋の皮をむき、電子レンジにかけるなどで柔らかくしてつぶして片栗粉を加えよく混ぜる。
(バター5g程度を溶かし混ぜても美味しいです！)
- ②平たい円形にしてオーブン180℃で15分焼くか、油をひいたフライパンでふたをし、中火で両面をこんがり焼く。
- ③☆の材料を耐熱容器に入れ良く混ぜてから、電子レンジ600wで30秒加熱する。一度だし、よく混ぜてからもう一度10～20秒ほど加熱したれを作る。※レンジにより違いがあるので様子を見ながら加熱して下さい。
焼き上がったいももちにたれをかけて出来上がりです！



調理室より

春から初夏にかけて、きゃべつ・新玉ねぎ・そら豆 アスパラガスなどの美味しい旬の野菜が増えてきます。旬の食材は栄養が豊富で味もよく、食べやすいです。園でも季節の食材を取り入れ、食べる楽しさを伝えていきたいです。

