

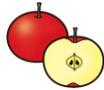
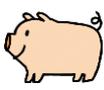
2022年4月



四條畷市役所子ども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 金 出会の日	コーンピラフ ゆでブロッコリー(マヨドレ) チンゲン菜のスープ	米、油、鶏肉、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、鶏がらスープ、食塩/ブロッコリー、食塩、マヨドレ/チンゲン菜、たまねぎ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/麩、マヨドレ、干しえび、ピザ用チーズ	牛乳 果物 ◎麩のピザ
2 土	きつねうどん 果物	うどん、すしあげ、濃口醤油、砂糖、本みりん、だし昆布、水、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/黒糖 フークレエ(卵・乳なし)	牛乳 黒糖フークレエ
4 月	ご飯 ビーフカレー 胡瓜の甘酢和え	米/牛肉、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、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケーキシロップ	牛乳 果物 ◎ホットケーキ
5 火	ご飯 鶏肉の照り焼き もやしとわかめのナムル 小松菜と麩のすまし汁	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/緑豆もやし、にんじん、カトわかめ、いりごま、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ/こまつな、えのきたけ、麩、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/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
6 水	ご飯 小海老のかき揚げ 切干大根の酢の物 豆腐としめじのみそ汁	米/むきえび、さつまいも、たまねぎ、にんじん、薄力粉、水、食塩、油/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、濃口醤油、ごま油/豆腐、しめじ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/りんご、砂糖、食塩、水/ハッピーターン	牛乳 ◎りんごのコンポート ハッピーターン
7 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/厚あげ、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/果物/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、いちごジャム	牛乳 果物 ◎ワッフル(イチゴ)
8 金	ご飯 豚肉のしょうが炒め キャベツのポン酢和え あげとわかめのみそ汁	米/豚肉、生姜、たまねぎ、砂糖、濃口醤油、本みりん、油/キャベツ、きゅうり、にんじん、ポン酢/うすあげ、カトわかめ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ポークウインナー、米粉のホットケーキミックス、水、油、ケチャップ	牛乳 果物 ◎アメリカンドッグ
9 土	五目うどん 果物	うどん、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、しいたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、食塩、水/果物/牛乳/ネオバターロール[既製品のパン]	牛乳 ネオバターロール
11 月	さけ炒飯 ブロッコリーサラダ じゃがいものスープ	米、冷凍さけフレーク(骨なし)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、鶏がらスープ、濃口醤油、食塩/ブロッコリー、にんじん、マヨドレ、食塩/じゃがいも、コーン、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、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
12 火	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、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/食パン(卵なし)、マヨドレ、粉チーズ	牛乳 果物 ◎チーズパン
13 水	ご飯 ミートボール キャベツと人参のサラダ チンゲン菜とコーンのスープ	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/キャベツ、にんじん、ノンオイル柑橘ドレッシング/コーン、たまねぎ、チンゲン菜、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/ジョア(ブレーン)/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	ジョア(ブレーン) 果物 ◎パウンドケーキ風
14 木	ピビンバ えのきと玉ねぎのみそ汁	米、牛肉、にんにく、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、ごま油、ほうれん草、緑豆もやし、にんじん、きゅうり、濃口醤油、砂糖、いりごま/えのきたけ、たまねぎ、カトわかめ、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
15 金	ご飯 さわらのみそ煮 小松菜のお浸し 豆腐としめじのみそ汁	米/さわら、生姜、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖、酒、水/こまつな、にんじん、濃口醤油、砂糖/豆腐、しめじ、青ねぎ、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)
16 土	イタリアンスパゲティ 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/スナックパン[既製品のパン]	牛乳 スナックパン



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
18月	ご飯 チキンカレー マカロニサラダ 	米/鶏もも肉、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/牛乳/バナナ、りんご、みかん缶、水、砂糖、レモン果汁/揚一番	牛乳 ◎フルーツポンチ 揚一番 
19火	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/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水	牛乳 果物 ◎蒸しパン
お誕生日食			
20水	竹の子ご飯 鶏肉の唐揚げ もやしのポン酢和え 麩とねぎのすまし汁 	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/緑豆もやし、きゅうり、にんじん、ポン酢/麩、たまねぎ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/オレンジジュース/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	オレンジジュース 果物 ◎ココアカップケーキ (ホイップつき)
21木	ご飯 焼き魚(さば) ひじきの煮物(うすあげ) 白菜とえのきのみそ汁 	米/さば、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、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、だし昆布、業務用だし、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 
22金	ご飯 ミートローフ 胡瓜とツナのサラダ(ごまドレ) キャベツとしめじのスープ 	米/合ミンチ、豆乳、たまねぎ、ホールコーン、片栗粉、食塩、油、ケチャップ、トンカツソース/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/キャベツ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/ぶどうジュース、水、砂糖、粉末かんてん/カルシウムせん	牛乳 ◎ぶどうゼリー カルシウムせん 
23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/十勝バタースティック[既製品のパン]	牛乳 十勝バタースティック
25月	ご飯 クリームシチュー キャベツの和え物 	米/鶏もも肉、じゃがいも、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/キャベツ、きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖/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 
26火	ご飯 筑前煮 豆腐と小松菜のみそ汁 	米/鶏もも肉、さといも、ごぼう、にんじん、板こんにやく、干しいたけ、三度豆、食塩、濃口醤油、砂糖、油、煮干し、水/豆腐、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、粉チーズ、豆乳、水、油 	牛乳 果物 ◎チーズボール
27水	ご飯 あじのフライ(カケルソース) 春雨サラダ もやしとベーコンのスープ	米/あじ、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/おいしいプリン《卵不使用》/ラムネ菓子	牛乳 果物 おいしいプリン(Ca+鉄) ラムネ菓子
28木	ご飯 焼き肉風 ほうれん草のすまし汁 	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/ほうれん草、豆腐、しめじ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、にんじん、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎キャロットクッキー 
29金	 昭和の日		
30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(アルゲン27品目不使用)、カレー粉、薄口醤油、食塩、油、片栗粉/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)

※岡部保育所は、4/28(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	581 kcal	鉄	2.1 mg
	たんぱく質	20.8 g	カルシウム	263 mg
	脂質	18.9 g	ビタミンC	26 mg
	塩分	2.1 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時に牛乳がつけます。

※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類を提供予定です。

