



4月の給食だより



池田市立保育所・認定こども園

実施日	3歳未満児		1～5歳児		食品名	I補正 (kcal) たん白質(g) 脂質(g)
	午前 間食	昼食	午後 間食			
1(木)	牛乳 せんべい	カレーライス 煮びたし フレッシュゼリー	牛乳 くだもの(りんご) せんべい	牛乳	米 豚肉 ジャがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油/キャベツ きゅうり しらす干し 濃口醤油/ フレッシュゼリー (りんご)	704kcal 19.8g 15.9g
2(金)	牛乳 クラッカー	ロールパン ミートスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 ☆さつまいもの素揚げ	牛乳	ロールパン / スパゲッティ バター 豚ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース 粉チーズ 油/ ベーコン キャベツ えのきだけ たまねぎ 人参 チンゲンサイ 野菜スープの素 油 (さつまいも 油)	676kcal 21.1g 29.0g
3(土)	牛乳 せんべい	人参ごはん みそ汁	牛乳 ゼリー せんべい	牛乳	米 人参 塩 濃口醤油 出し昆布/豚肉 木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節	428kcal 18.7g 11.0g
5(月)	牛乳 せんべい	ごはん ハンバーグ 茹でブロッコリー コーンスープ	牛乳 くだもの(キウイ) かりんとう	牛乳	米/牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ パン粉 牛乳 油 塩 トマトケチャップ ウスターソース/ブロッコリー/ジャがいも コーン缶(クリーム) たまねぎ 人参 パセリ ポタージュの素 スキムミルク(キウイフルーツ)	657kcal 25.2g 21.9g
6(火)	牛乳 ビスケット	ごはん 白身魚の竜田揚げ 茹でキャベツ みそ汁	牛乳 ☆ポップコーン くだもの(バナナ)	牛乳	米/メルルーサ 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 片栗粉 油 代替)豚肉/キャベツ とんかつソース/木綿豆腐 しめじ たまねぎ 人参 みつば みそ 削り節 (加熱用ポップコーン 油 塩) (バナナ)	582kcal 27.7g 17.3g
7(水)	牛乳 ポーロ	ふりかけごはん 炒り豆腐 みそ汁(ジャがいも) デザート(りんご)	牛乳 ☆キャロットケーキ	牛乳	米 ぶりかけ/鶏肉 木綿豆腐 たまねぎ 人参 干しいたけ ほうれんそう 油 三温糖 濃口醤油 代替)ジャがいも/ジャがいも 人参 たまねぎ わかめ 青ねぎ みそ 削り節/りんご (人参 小麦粉 塩 ベーキングパウダー サラダ油 上白糖 卵 スキムミルク バター)	744kcal 26.3g 25.0g
8(木)	牛乳 ウエハース	ロールパン ジャがいものミートソース煮 豆乳スープ	牛乳 ☆フルーツヨーグルト和え	牛乳	ロールパン / ジャがいも 豚ひき肉 たまねぎ 人参 しめじ グリンピース トマトケチャップ ウスターソース 油 小麦粉 粉チーズ/ ベーコン 小松菜 むきえび たまねぎ はくさい 人参 野菜スープの素 油 豆乳 コーン缶(ホール) (バナナ いちご レーズン みかん缶 上白糖 ヨーグルト(プレーン))	552kcal 23.7g 21.2g
9(金)	牛乳 クッキー	ごはん 豚肉とひじきの炒り煮 そうめんのすまし汁	牛乳 くだもの(キウイ) せんべい	牛乳	米/豚肉 芽ひじき 人参 糸こんにゃく 三度豆 油揚げ ごま油 三温糖 濃口醤油 みりん 削り節/そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油(キウイフルーツ)	510kcal 20.3g 12.7g
10(土)	牛乳 せんべい	焼うどん くだもの(りんご)	牛乳 ふかしいも せんべい	牛乳	うどん(ゆで) 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 青ねぎ 油 花かつお 濃口醤油/りんご(さつまいも)	508kcal 17.0g 12.8g
12(月)	牛乳 せんべい	カレーライス 炒めサラダ ヨーグルト	牛乳 くだもの(バナナ) せんべい	牛乳	米 豚肉 ジャがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スキムミルク 油/キャベツ きゅうり しらす干し ごま油 酢 三温糖 濃口醤油/ヨーグルト (バナナ)	701kcal 24.9g 17.2g
13(火)	牛乳 ビスケット	ロールパン 白身魚のトマトソース煮 マカロニサラダ デザート(りんご)	牛乳 型抜きチーズ せんべい	牛乳	ロールパン / たら(まだら) 小麦粉 ジャがいも たまねぎ 人参 トマトピューレ にんにく トマトケチャップ ブロッコリー スープストック 三温糖 代替)豚肉/マカロニ ハム(ボンレス) 人参 きゅうり コーン缶(ホール) マヨネーズ 塩 代替)りんご /りんご(型抜きチーズ)	631kcal 28.9g 24.6g
14(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 豚肉と煮干大根の炒め煮 みそ汁(かぼちゃ)	牛乳 ☆みたらしだんご せんべい	牛乳	米/豚肉 煮干大根 油揚げ 人参 三度豆 油 削り節 三温糖 濃口醤油/かぼちゃ たまねぎ はくさい わかめ 青ねぎ みそ 削り節(絹ごし豆腐 白玉粉 上白糖 濃口醤油 片栗粉)	587kcal 22.5g 13.7g
15(木)	牛乳 せんべい	ゆかりごはん えんどうの卵とじ 沢煮椀	牛乳 ☆お好み焼き	牛乳	米 ぶりかけ/さやえんどう 鶏肉 人参 高野豆腐 干しいたけ 卵 三温糖 薄口醤油 油 削り節 塩 代替)豚肉 / 豚肉 大根 人参 たけのこ缶 みつば 削り節 薄口醤油 塩 片栗粉 (豚肉 長いも キャベツ 焼きちくわ 小麦粉 天かす 粉かつお 油 あおのり(素干し) とんかつソース)	646kcal 33.6g 21.5g
16(金)	牛乳 クラッカー	ごはん からあげ 茹でキャベツ みそ汁	牛乳 ☆わらび餅	牛乳	米/鶏肉(30g) 土生姜 上新粉 片栗粉 濃口醤油 酒 油 代替)豚肉/キャベツ とんかつソース/木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 青ねぎ みそ 削り節 (わらび餅 きな粉 上白糖)	673kcal 28.6g 25.6g
17(土)	牛乳 せんべい	ひじきごはん みそ汁	牛乳 ゼリー せんべい	牛乳	米 ひじき缶 揚げ油 人参 三度豆 薄口醤油 出し昆布 酒 みりん 塩 /木綿豆腐 はくさい 人参 えのきだけ 青ねぎ みそ 削り節	469kcal 16.2g 15.1g
19(月)	牛乳 せんべい	中華丼 みそ汁 デザート(いよかん)	牛乳 ☆かわりあべかわ	牛乳	米 豚肉 干しいたけ はくさい たけのこ缶 人参 たまねぎ 三度豆 濃口醤油 酒 みりん 片栗粉 野菜スープの素 ごま油 削り節 油/ 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう わかめ 削り節 みそ/ いよかん(マカロニ きな粉 上白糖)	614kcal 27.4g 15.6g
20(火)	牛乳 ビスケット	ごはん 焼き魚 たけのこの煮物 みそ汁	牛乳 ☆焼きそば	牛乳	米/さわら 塩 油 代替)豚肉/豚肉 たけのこ缶 人参 濃口醤油 三温糖 削り節/大根 人参 たまねぎ ほうれんそう みそ 削り節(中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース)	648kcal 35.2g 19.5g
21(水)	牛乳 ポーロ	焼肉丼 わかめスープ	牛乳 ☆麩のラスク フレッシュゼリー	牛乳	米 牛肉 たまねぎ キャベツ 人参 糸こんにゃく 油 みそ 濃口醤油 三温糖 青ねぎ みりん ごま油 片栗粉 代替)豚肉/大根 人参 たまねぎ わかめ チンゲンサイ 野菜スープの素(おつゆ麩 バター 上白糖)	840kcal 33.9g 20.6g
22(木)	牛乳 ウエハース	ロールパン オムレツ風 かぼちゃの豆乳スープ	牛乳 くだもの(キウイ) せんべい	牛乳	ロールパン / 卵 むきえび ベーコン たまねぎ しめじ グリンピース トマトケチャップ 油 豚肉 代替)コーン 代替)ジャがいも/ 豚肉 かぼちゃ レタス 人参 青ねぎ 豆乳 野菜スープの素(キウイフルーツ)	525kcal 25.9g 21.8g
23(金)	牛乳 クッキー	弁当日	牛乳 菓子ぱん			316kcal 10.8g 11.3g
24(土)	牛乳 せんべい	しょう油ラーメン くだもの(みかん缶)	牛乳 ふかしおじゃが せんべい	牛乳	中華めん 豚肉 キャベツ 人参 生しいたけ たまねぎ わかめ 冷凍コーン 濃口醤油 削り節 ごま油/みかん缶(ジャがいも)	458kcal 21.0g 10.5g
26(月)	牛乳 せんべい	ごはん 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーのおかか和え そうめんのすまし汁	牛乳 ☆フライドポテト	牛乳	米/鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 干しいたけ 三度豆 三温糖 濃口醤油 酒 代替)豚肉/ブロッコリー 花かつお 濃口醤油/ そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油 (ジャがいも サラダ油 塩)	592kcal 24.5g 20.1g
27(火)	牛乳 ビスケット	ごはん 煮魚 酢の物 すまし汁	牛乳 ☆フルーツコーンフレーク	牛乳	米/さば 三温糖 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 削り節 代替)豚肉 /きゅうり しらす干し わかめ 濃口醤油 酢 三温糖/大根 人参 ゆば しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節 (みかん缶 もも缶 りんご バナナ レーズン 上白糖 コーンフレーク)	624kcal 28.9g 19.4g
28(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 豚肉とれんこんのきんぴら かきたま汁 デザート(りんご)	牛乳 ☆ポップコーン フレッシュゼリー	牛乳	米/豚肉 れんこん 三度豆 こんにゃく 人参 焼きちくわ ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま/卵 木綿豆腐 たまねぎ 人参 わかめ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節 代替)豚肉/りんご (加熱用ポップコーン 油 塩)	688kcal 23.0g 16.7g
30(金)	牛乳 クラッカー	ごはん キャベツのチャンプル みそ汁 味付けのり	牛乳 くだもの(バナナ) せんべい	牛乳	米/豚肉 キャベツ 木綿豆腐 人参 たまねぎ ほうれんそう 油 野菜スープの素 塩 濃口醤油 代替)ジャがいも/大根 人参 はくさい 青ねぎ 削り節 みそ/味付けのり(バナナ)	571kcal 26.2g 15.1g

☆印は手作りおやつです。 *3歳児未満児はトーストにジャムをぬります。3歳以上児は食パンにジャムが付きます。