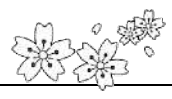
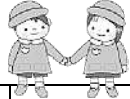


# 4月の給食だより



2024/4/1

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補肝-(kcal) たん白質(g) 脂質(g)
	午前 間食	昼食	午後 間食			
1(月)	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)	679kcal 20.1g 16.0g
2(火)	牛乳 ビスケット	ロールパン ミートスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 ☆フルーツ コーンフレーク	牛乳	ロールパン/スパゲッティ 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 油/豚肉 たまねぎ キャベツ ほうれんそう 薄口醤油 削り節 (みかん缶 もも缶 バナナ レーズン 上白糖 コーンフレーク)	550kcal 25.5g 19.0g
3(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 炒り豆腐 みそ汁 デザート(いよかん)	牛乳 ☆ホットケーキ	牛乳	米/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 削り節 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/いよかん (ホットケーキミックス 油)	570kcal 24.0g 18.0g
4(木)	牛乳 せんべい	ごはん 煮魚(赤魚) 酢の物 みそ汁	牛乳 棒チーズ せんべい	牛乳	米/赤魚 土生姜 三温糖 濃口醤油 みりん 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 しめじ たまねぎ 人参 みつば みそ 削り節 (棒チーズ)	522kcal 30.8g 15.7g
5(金)	牛乳 あられ	ごはん からあげ 茹でブロッコリー(とんかつソース) みそ汁	牛乳 くだもの(バナナ) かりんとう	牛乳	米/鶏肉 土生姜 上新粉 片栗粉 濃口醤油 酒 油 代替) 豚肉 /ブロッコリー とんかつソース/さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (バナナ)	660kcal 27.6g 24.0g
6(土)	牛乳 せんべい	焼きうどん みそ汁 くだもの(りんご)	牛乳 ふかしもち せんべい	牛乳	うどん 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 青ねぎ 油 花かつお 濃口醤油/木綿豆腐 わかめ 人参 たまねぎ 小松菜 みそ 削り節 /りんご (さつまいも)	524kcal 22.8g 14.9g
8(月)	牛乳 せんべい	ゆかりごはん キャベツのチャンプル みそ汁	牛乳 ☆フライドポテト	牛乳	米 ゆかり/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/かぼちゃ しめじ たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (ジャがいも サラダ油 塩)	546kcal 23.5g 20.8g
9(火)	牛乳 ビスケット	ロールパン えびポタージュ ほうれん草サラダ デザート(パン缶)	牛乳 ☆お好み焼き	牛乳	ロールパン/むきえび ジャがいも たまねぎ 人参 パセリ 油 ポタージュの素 スキムミルク 代替) 豚肉/ほうれんそう 冷凍コーン 大豆 みかん缶 油 酢 三温糖 白すりごま/パン缶 (豚肉 長いも キャベツ 焼きちくわ 小麦粉 天かす 削り粉 油 あおりのり とんかつソース)	596kcal 26.4g 23.5g
10(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 白身魚の立つ田揚げ 茹でキャベツ かきたま汁	牛乳 くだもの(みかん缶) せんべい	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/卵 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 (みかん缶)	536kcal 27.4g 15.4g
11(木)	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) クラッカー	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(プレーン)、バナナ。	621kcal 23.3g 18.8g
12(金)	牛乳 あられ	ごはん えんどうの卵とし 沢煮椀 味付けのり	牛乳 くだもの(りんご) かりんとう	牛乳	米/さやえんどう 鶏肉 人参 木綿豆腐 干しいたけ 卵 三温糖 薄口醤油 油 削り節 塩 代替) 豚肉 代替) コーン/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/味付けのり 代替) 焼きのり (りんご)	612kcal 32.5g 20.6g
13(土)	牛乳 せんべい	しょうゆスパゲッティ すまし汁 くだもの(もも缶)	牛乳 ふかしおじゃが せんべい	牛乳	スパゲッティ 豚肉 たまねぎ 生しいたけ 人参 ピーマン しめじ 濃口醤油 三温糖 油/たまねぎ キャベツ ほうれんそう 人参 薄口醤油 出し昆布 削り節/もも缶 (ジャがいも)	558kcal 25.2g 12.5g
15(月)	牛乳 せんべい	中華丼 みそ汁 デザート(りんご)	牛乳 ☆焼きそば	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/りんご (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)	571kcal 28.1g 16.8g
16(火)	牛乳 ビスケット	ごはん ハンバーグ 茹でブロッコリー コーンスープ	牛乳 ☆フルーツヨーグルト和え	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 (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))	633kcal 26.5g 21.2g
17(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 蒲焼風 茹で野菜(キャベツ・人参) すまし汁	牛乳 フレッシュゼリー せんべい	牛乳	米/メルルーサ 片栗粉 油 濃口醤油 みりん 土生姜 酒 三温糖 代替) 豚肉/キャベツ 人参/白玉麩 小松菜 たまねぎ 人参 出し昆布 削り節 薄口醤油 (フレッシュゼリー)	631kcal 24.9g 14.0g
18(木)	牛乳 せんべい	ロールパン ポークビーンズ ほうれん草スープ	牛乳 ☆さつまいもの素揚げ	牛乳	ロールパン/豚肉 大豆 人参 たまねぎ ジャがいも スープストック トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 三温糖 油/木綿豆腐 ほうれんそう ベーコン 人参 冷凍コーン 野菜スープの素 油 (さつまいも 油)	578kcal 23.9g 25.2g
19(金)	牛乳 あられ	弁当日	牛乳 お米De(市販) せんべい	牛乳	(さつまいもと栗のタルト)	249kcal 9.2g 12.7g
20(土)	牛乳 せんべい	ひじきごはん みそ汁 くだもの(りんご)	牛乳 ゼリー せんべい	牛乳	米 ひじき缶 油揚げ 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/ りんご (みかんゼリー)	451kcal 17.4g 11.9g
22(月)	牛乳 せんべい	ごはん 焼き魚 たけのこの煮物 みそ汁	牛乳 くだもの(キウイ) クラッカー	牛乳	米/さば 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 (キウイフルーツ)	549kcal 30.0g 22.1g
23(火)	牛乳 ビスケット	麻婆丼 わかめ卵スープ デザート(りんご)	牛乳 ☆かわりあべかわ	牛乳	米 豚ひき肉 土生姜 木綿豆腐 たまねぎ 人参 生しいたけ 青ねぎ 油 みそ 濃口醤油 三温糖 塩 片栗粉 みりん 削り節 代替) ジャがいも /大根 卵 人参 たまねぎ わかめ 野菜スープの素/りんご (マカロニ きな粉 上白糖)	637kcal 29.2g 21.7g
24(水)	牛乳 ポーロ	ふりかけごはん 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁	牛乳 ☆ミックス ドロップドーナツ	牛乳	米 ふりかけ/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 /大根 人参 しめじ みつば 薄口醤油 出し昆布 削り節 (ホットケーキミックス 卵 りんご レーズン 油)	570kcal 27.3g 19.8g
25(木)	牛乳 せんべい	ロールパン オムレツ風 豆乳スープ	牛乳 ☆みかんたっぷりゼリー 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 代替) 豚肉 代替) コーン 代替) ジャがいも/ ベーコン 小松菜 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) (みかん缶 ゼリーの素)	552kcal 34.8g 24.2g
26(金)	牛乳 あられ	ごはん すき焼き風煮 そうめんのすまし汁	牛乳 くだもの(パン缶) せんべい	牛乳	米/牛肉 木綿豆腐 系こんにゃく はくさい 白ねぎ おつゆ麩 人参 たまねぎ 油 三温糖 濃口醤油 代替) ジャがいも 代替) 豚肉/ そうめん 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油 (パン缶)	537kcal 23.6g 14.8g
27(土)	牛乳 せんべい	人参ごはん みそ汁 くだもの(りんご)	牛乳 ゼリー せんべい	牛乳	米 人参 油揚げ 塩 濃口醤油 出し昆布/さつまいも 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節/りんご (ももゼリー)	487kcal 16.8g 10.9g
30(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	りんごジュース 棒チーズ せんべい	牛乳	ロールパン/たら 小麦粉 ジャがいも たまねぎ 人参 トマトピューレ パセリ にんにく トマトケチャップ スープストック 三温糖 代替) 豚肉/マカロニ 人参 きゅうり ロースハム 冷凍コーン 塩 マヨネーズ こしょう (りんごジュース) (棒チーズ)	546kcal 21.1g 16.4g

☆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。  
\*こども園の4、5歳児は、昼に牛乳100ccが付きます。30日は、昼にりんごジュース125cc、3時に牛乳100ccが付きます。