



4月献立表



品川学芸保育園

2024年

曜日	日付	昼食	材料名(産地)			献立	献立		栄養価	
			主にかからずつくるもの	主にかからずの電子を揃えるもの	主に削りかきになるもの		調味料	おやつ(午後)		材料
月	1 15	カレーライス ひじきの五品目サラダ スープ 麦茶	豚肉 ちくわ ウィンナー	玉ねぎ・人参 ひじき・キャベツ・人参・きゅうり・コーン 白菜・しめじ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・本みりん・だし コンソメ 麦茶	牛乳	アップルパンケーキ 甘夏 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしりんご 糖 脂 Ca 塩	685 kcal 22.1 g 25.2 g 301 mg 2.2 g
火	2 16	肉うどん 青のりポテト キャベツのおかか和え 麦茶	豚肉 かつお節	玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり キャベツ・きゅうり・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 塩 醤油・みりん風調味料・だし 麦茶	牛乳	納豆チャーハン バナナ 牛乳	米(国産)・納豆・玉ねぎ・人参・青ねぎ 油・鶏がらスープ・塩・醤油 バナナ 糖 脂 Ca 塩	568 kcal 23.3 g 16.6 g 330 mg 2.0 g
火	30	肉うどん 青のりポテト キャベツのおかか和え 麦茶	豚肉 かつお節	玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり キャベツ・きゅうり・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 塩 醤油・みりん風調味料・だし 麦茶	牛乳	納豆チャーハン 黄桃 牛乳	米(国産)・納豆・玉ねぎ・人参・青ねぎ 油・鶏がらスープ・塩・醤油 黄桃(缶詰) 糖 脂 Ca 塩	567 kcal 23.2 g 16.6 g 330 mg 2.0 g
水	3 17	白身魚のタルタル焼 里芋のそぼろ煮 ごはん 味噌汁 麦茶	たら 豚ひき肉 赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ 人参 ほうれん草・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 里芋・油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	塩 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	シュガートースト りんご 牛乳	食パン・バター 砂糖 りんご 糖 脂 Ca 塩	519 kcal 22.4 g 18.7 g 284 mg 1.7 g
木	4 18	麻婆豆腐 三色ナムル ごはん スープ 麦茶	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・しいたけ もやし・ほうれん草・人参 わかめ・えのきたけ・白菜	油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ 麦茶	牛乳	白桃かん 甘夏 牛乳	糖 りんご 糖 脂 Ca 塩	436 kcal 17.4 g 14.8 g 278 mg 2.0 g
金	5 19	タンダーリーチキン コールスローサラダ ロールパン スープ 麦茶	鶏肉・ヨーグルト	しょうが キャベツ・きゅうり・コーン・人参 グリーンアスパラガス・玉ねぎ	油 砂糖・油 バターロールパン さつま芋	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	しらすごまおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 バナナ 糖 脂 Ca 塩	442 kcal 20.5 g 13.0 g 283 mg 1.6 g
土	6 20	和風あんかけ丼 春雨サラダ 味噌汁 麦茶	豚肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン きゅうり・人参 かぶ・わかめ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	だし・醤油・本みりん 酢・醤油 だし 麦茶	牛乳	きなこマカロニ バイン 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 バイン(缶詰) 糖 脂 Ca 塩	539 kcal 21.3 g 14.8 g 307 mg 1.5 g
月	8 22	サバの味噌煮 オクラと納豆のネバネバ和え ごはん けんちん汁 麦茶	さば・白みそ 納豆 豆腐	しょうが オクラ・きゅうり 大根・人参・青ねぎ	砂糖 米(国産) 里芋	醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油 だし・醤油・塩 麦茶	牛乳	ちんすこう 甘夏 牛乳	小麦粉・油 砂糖・塩 甘夏 糖 脂 Ca 塩	659 kcal 24.2 g 30.0 g 287 mg 1.6 g
火	9 23	塩ラーメン 焼さつま芋 ほうれん草のしらす和え 麦茶	豚肉 焼さつま芋 しらす	玉ねぎ・人参・キャベツ ほうれん草・もやし	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油	醤油・鶏がらスープ・塩・みりん風調味料 塩 醤油 麦茶	牛乳	ウインナーピラフ バナナ 牛乳	米(国産)・コンソメ・塩・ウインナー 人参・玉ねぎ・油 バナナ 糖 脂 Ca 塩	560 kcal 21.1 g 18.3 g 298 mg 2.6 g
水	10 14	豚肉の生姜炒め マカロニサラダ ごはん 味噌汁 麦茶	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが きゅうり・人参 かぼちゃ・青ねぎ	油・砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・みりん風調味料・料理酒 だし 麦茶	牛乳	きなこバターサンド りんご 牛乳	食パン・バター きな粉・砂糖 りんご 糖 脂 Ca 塩	661 kcal 27.8 g 29.8 g 363 mg 1.1 g
木	11 25	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根の煮物 ごはん 味噌汁 麦茶	鶏肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・人参・さやえんどう かぶ・わかめ	油 砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	大学芋 甘夏 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま 糖 脂 Ca 塩	514 kcal 21.4 g 14.8 g 311 mg 1.7 g
金	12 26	チリコンカン ツナサラダ パン スープ 麦茶	豚ひき肉・大豆 ツナフレーク ウィンナー	人参・玉ねぎ・むぎ枝豆・トマトピューレ ブロッコリー・コーン・人参 キャベツ・大根	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 ミルクロールパン	コンソメ・トマトケチャップ・ワスターソース・カレーパウダー・塩 酢・塩・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	きつねおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・油揚げ・醤油 砂糖・白ごま バナナ 糖 脂 Ca 塩	520 kcal 23.9 g 19.0 g 317 mg 1.8 g
土	13 27	五目うどん ちくわのおおき焼 ブロッコリーごま和え 麦茶	豚肉・生揚げ ちくわ	白菜・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 あおさのり ブロッコリー	うどん 油・砂糖 白ごま・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん 醤油 麦茶	牛乳	五平餅 みかん 牛乳	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 みかん(缶詰) 糖 脂 Ca 塩	581 kcal 25.1 g 18.1 g 346 mg 2.6 g

栄養価の平均 エネルギー(1食) 556kcal たんぱく質(たん) 22.6g 脂質(脂) 19.2g カルシウム(Ca) 310mg 食塩相当量(食) 1.9g

★発注の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいませう、ご協力程よろしくお願ひいたします。



4月献立表



品川学芸保育園

(完了)

2024年

曜日	日付	昼食	材料名(産地)			献立	献立		栄養価	
			主からだをつくるもの	主からだの糖子を揃えるもの	主に糖や力のもとになるもの		調味料	おやつ(午後)		材料
月	1 15	カレーライス ひじきの五品目サラダ スープ 麦茶	豚肉 ちくわ ウィンナー	玉ねぎ・人参 ひじき・キャベツ・人参・きゅうり・コン 白菜・しめじ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖 砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 醤油・本みりん・だし コンソメ 麦茶	牛乳	アップルパンケーキ 甘夏 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・おろしりんご 糖 脂 Ca 塩	517 kcal 16.6 g 19.3 g 227 mg 1.6 g
火	2 16	肉うどん 青のりポテト キャベツのおかか和え 麦茶	豚肉 かつお節	玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり キャベツ・きゅうり・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 塩 醤油・みりん風調味料・だし 麦茶	牛乳	納豆チャーハン バナナ 牛乳	米(国産)・納豆・玉ねぎ・人参・青ねぎ 油・鶏がらスープ・塩・醤油 バナナ 糖 脂 Ca 塩	420 kcal 17.6 g 12.6 g 248 mg 1.7 g
火	30	肉うどん 青のりポテト キャベツのおかか和え 麦茶	豚肉 かつお節	玉ねぎ・しめじ・小松菜・だし昆布 あおさのり キャベツ・きゅうり・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 塩 醤油・みりん風調味料・だし 麦茶	牛乳	納豆チャーハン 黄桃 牛乳	米(国産)・納豆・玉ねぎ・人参・青ねぎ 油・鶏がらスープ・塩・醤油 黄桃(缶詰) 糖 脂 Ca 塩	418 kcal 17.5 g 12.6 g 248 mg 1.7 g
水	3 17	白身魚のタルタル焼 里芋のそぼろ煮 軟飯 味噌汁 麦茶	たら 豚ひき肉 赤みそ・白みそ	ドライパセリ・玉ねぎ 人参 ほうれん草・玉ねぎ	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 里芋・油・砂糖 米(国産) おつゆ麩	塩 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	シュガートースト りんご 牛乳	食パン・バター 砂糖 りんご 糖 Ca 塩	407 kcal 17.3 g 15.6 g 211 mg 1.6 g
木	4 18	麻婆豆腐 三色ナムル 軟飯 スープ 麦茶	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・玉ねぎ・しいたけ もやし・ほうれん草・人参 わかめ・えのきたけ・白菜	油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒・鶏がらスープ 醤油・塩 鶏がらスープ 麦茶	牛乳	白桃かん 甘夏 牛乳	糖・太白糖 おろし白桃 糖 脂 Ca 塩	328 kcal 13.2 g 11.2 g 212 mg 1.8 g
金	5 19	タンダーリーチキン コールスローサラダ ロールパン スープ 麦茶	鶏肉・ヨーグルト	しょうが キャベツ・きゅうり・コーン・人参 グリーンアスパラガス・玉ねぎ	油 砂糖・油 バターロールパン さつま芋	塩・カレーパウダー・トマトケチャップ 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	しらすごまおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・しらす 白ごま・醤油 バナナ 糖 Ca 塩	335 kcal 15.3 g 9.8 g 215 mg 1.4 g
土	6 20	和風あんかけ丼 春雨サラダ 味噌汁 麦茶	豚肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン きゅうり・人参 かぶ・わかめ	米(国産)・油・砂糖・でん粉 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	だし・醤油・本みりん 酢・醤油 だし 麦茶	牛乳	きなこマカロニ バイン 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 糖 脂 Ca 塩	407 kcal 15.9 g 11.3 g 230 mg 1.3 g
月	8 22	さけの味噌煮 オクラと納豆のネバネバ和え 軟飯 けんちん汁 麦茶	さけ・白みそ 納豆 豆腐	しょうが オクラ・きゅうり 大根・人参・青ねぎ	砂糖 米(国産) 里芋	醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油 だし・醤油・塩 麦茶	牛乳	ちんすこう 甘夏 牛乳	小麦粉・油 砂糖・塩 糖 Ca 塩	421 kcal 18.4 g 13.8 g 231 mg 1.1 g
火	9 23	塩ラーメン 焼さつま芋 ほうれん草のしらす和え 麦茶	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・キャベツ ほうれん草・もやし	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油	醤油・鶏がらスープ・塩・みりん風調味料 塩 醤油 麦茶	牛乳	ウインナーピラフ バナナ 牛乳	米(国産)・コンソメ・塩・ウインナー 人参・玉ねぎ・油 バナナ 糖 Ca 塩	426 kcal 15.9 g 14.0 g 223 mg 2.1 g
水	10 14	豚肉の生姜炒め マカロニサラダ 軟飯 味噌汁 麦茶	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しょうが きゅうり・人参 かぼちゃ・青ねぎ	油・砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・みりん風調味料・料理酒 だし 麦茶	牛乳	きなこバターサンド りんご 牛乳	食パン・バター きな粉・砂糖 りんご 糖 Ca 塩	505 kcal 21.4 g 22.9 g 281 mg 1.1 g
木	11 25	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根の煮物 軟飯 味噌汁 麦茶	鶏肉 さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・人参・さやえんどう かぶ・わかめ	油 砂糖 米(国産)	塩こうじ 醤油・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	さつま芋の甘煮 フルーツ(甘夏) 牛乳	さつま芋 砂糖 糖 脂 Ca 塩	360 kcal 16.0 g 9.0 g 231 mg 1.6 g
金	12 26	チリコンカン ツナサラダ パン スープ 麦茶	豚ひき肉・大豆 ツナフレーク ウィンナー	人参・玉ねぎ・むぎ枝豆・トマトピューレ ブロッコリー・コーン・人参 キャベツ・大根	じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油 ミルクロールパン	コンソメ・トマトケチャップ・ワスターソース・カレーパウダー・塩 酢・塩・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	きつねおにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・油揚げ・醤油 砂糖・白ごま バナナ 糖 Ca 塩	395 kcal 17.8 g 14.6 g 241 mg 1.7 g
土	13 27	五目うどん ちくわのおおき焼 ブロッコリーごま和え 麦茶	豚肉・生揚げ ちくわ	白菜・人参・しめじ・青ねぎ・だし昆布 あおさのり ブロッコリー	うどん 油・砂糖 白ごま・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん 醤油 麦茶	牛乳	五平餅 みかん 牛乳	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 みかん(缶詰) 糖 Ca 塩	444 kcal 19.2 g 13.9 g 263 mg 2.1 g

栄養価の平均 エネルギー(1食) 414kcal たんぱく質(たん) 17.1g 脂質(脂) 13.9g カルシウム(Ca) 235mg 食塩相当量(食塩) 1.6g

★発注の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいませう、ご協力の程よろしくお願ひいたします。

曜日	日付	午前食	主な材料と体内での働き			午後食	材料	
			主からからだをつくるもの	主からだの働きを強えるもの	主に熱や力のもとになるもの			
月	1 15	鶏じゃが きゅうりのスティック煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 キャベツ・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産)	醤油 塩	鶏野菜うどん 蒸しかぼちゃ 甘夏	うどん・鶏ひき肉(ささみ)・玉ねぎ・人参 白菜・だし昆布・醤油・でん粉 かぼちゃ 甘夏
火	2 16	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 キャベツのおかか煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 キャベツ	うどん じゃが芋	醤油 醤油	納豆おじや 人参のスティック煮 バナナ	米(国産)・醤油 小松菜・納豆 人参・だし昆布 醤油 バナナ
火	30	煮込みうどん じゃが芋の旨煮 キャベツのおかか煮	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 だし昆布 キャベツ	うどん じゃが芋	醤油 醤油	納豆おじや 人参のスティック煮 味噌汁	米(国産)・醤油 小松菜・納豆 人参・だし昆布 醤油 かぼちゃ・だし昆布・赤みそ・白みそ
水	3 17	白身魚の照り煮 里芋のあおのり煮 5倍がゆ 味噌汁	たら	玉ねぎ・だし昆布 だし昆布・あおさのり	砂糖・でん粉 里芋 米(国産)	醤油 醤油	野菜のパンがゆ かぼちゃの旨煮 りんごの甘煮	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク かぼちゃ・だし昆布 醤油 りんご・砂糖
木	4 18	豆腐のそぼろ煮 人参のスティック煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 白菜・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 塩	しらすと野菜のにゅうめん ブロッコリーの旨煮 甘夏	そうめん・しらす・ほうれん草 人参・だし・赤みそ ブロッコリー・だし昆布 醤油 甘夏
金	5 19	鶏団子の旨煮 きゅうりのスティック煮 パンがゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 キャベツ・だし昆布	でん粉・砂糖 食パン	塩・醤油 塩	しらすがゆ さつま芋の旨煮 バナナ	米(国産)・しらす 人参・あおさのり さつま芋・だし昆布 醤油 バナナ
土	6 20	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 かぼちゃのミルク煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) スキムミルク 豆腐・赤みそ・白みそ	ピーマン・人参・玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油	きなこマカロニ かぶの煮物 スープ	マカロニ・きな粉 砂糖 かぶ・だし昆布・砂糖 醤油・でん粉 キャベツ・だし昆布・塩
月	8 22	さけのみそ煮 人参の納豆和え 5倍がゆ スープ	さけ・赤だしみそ 納豆	だし昆布 人参・だし昆布 大根・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	野菜のパンがゆ 里芋の旨煮 甘夏	食パン・人参 玉ねぎ・スキムミルク 里芋・だし昆布 醤油 甘夏
火	9 23	鶏野菜うどん 蒸しさつま芋 ほうれん草のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油	しらすおじや 豆腐の青のり煮 バナナ	米(国産)・だし昆布・人参 しらす・醤油 豆腐・だし昆布 醤油・あおさのり バナナ
水	10 14	鶏塩おじや きゅうりのスティック煮 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)	ピーマン・玉ねぎ・人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布	米(国産)	醤油	きなこパンがゆ ブロッコリーのおかか煮 りんごの甘煮	食パン・スキムミルク きな粉 ブロッコリー かつお節 りんご・砂糖
木	11 25	鶏ささみの柔らか煮 豆腐のくず煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 豆腐	人参・だし昆布 だし昆布 かぼちゃ・だし昆布	でん粉 砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油	人参のおかゆ 蒸しさつま芋 スープ	米(国産)・しらす 人参・塩 さつま芋 かぶ・だし昆布 塩
金	12 26	じゃが芋のそぼろ煮 大根のスティック煮 パンがゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ 大根・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布	じゃが芋 食パン	だし・醤油 塩	豆腐がゆ キャベツのおかか煮 バナナ	米(国産)・豆腐 人参 キャベツ かつお節 バナナ
土	13 27	あんかけうどん ゆでブロッコリー 白菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 白菜	うどん・砂糖・でん粉	醤油 塩	味噌おじや かぼちゃの旨煮 スープ	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 かぼちゃ・だし昆布 醤油 豆腐・だし昆布・塩

★材料の都合により、献立の一部を変更することもあります。ご了承ください。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいますよう、ご協力の程よろしく願っています。