

日 ／ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
01 (月)	さわらの西京焼き 御飯 すまし汁(たけのこ) ひじき大豆の炒め煮 はっさく	米、ラムネ、糸こんにゃく、砂糖、油	さわら、だいず水煮缶詰、ミニボン こざかな、油揚げ、淡色みそ	はっさく、にんじん、たけのこ、ひじき、干しいたけ、カットわかめ	かつおだし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	豆乳ラスク ハッピーラムネ ミニボン こざかな	エネルギー 418 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 9.6 g カルシウム 86 mg
02 (火)	焼きそば 浜松ぎょうざ 白菜のスープ 牛乳	焼きそばめん、浜松餃子、油	牛乳、豚肉(ばら)、ベーコン、カルテツいわしおかき	もやし、はくさい、キャベツ、にんじん、しょうが、あおのり	中濃ソース、中華だしの素、食塩、こしょう	へム鉄入りえびせん サンワルドのミレービスケット カルテツいわしおかき	エネルギー 511 kcal たんぱく質 15.2 g 脂 質 25.2 g カルシウム 196 mg
03 (水)	鶏肉のごまみそ焼 御飯 すまし汁(だいこん・あげ) れんこんと厚揚げの炒め煮	米、ミニのりすけ、ごま、砂糖、ごま油	鶏もも肉、厚揚げ、みみそ(淡色辛みそ)、ミニボン こざかな、油揚げ	だいこん、れんこん、にんじん、えのきたけ、万能ねぎ	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ、食塩	ハッピーラムネ ミニのりすけ ミニボン こざかな	エネルギー 461 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 11.4 g カルシウム 123 mg
04 (木)	豚肉と春雨のスタミナ炒め 御飯 豆腐スープ(青菜) きゅうりとツナの酢の物 ぶどうゼリー	米、グレープゼリー、はるさめ、砂糖、ごま油	豚肉(ばら)、木綿豆腐、ツナ水煮缶、カルテツいわしおかき	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だいこん、こまつな、にら、ねぎ	しょうゆ、本みりん、酢、中華だしの素、食塩、おろしにんにく、おろししょうが	サンワルドのミレービスケット 豆乳ラスク カルテツいわしおかき	エネルギー 626 kcal たんぱく質 11.1 g 脂 質 14.2 g カルシウム 64 mg
05 (金)	バンバンジー 御飯 たまごスープ(はるさめ) ジャーマンポテト 牛乳	米、じゃがいも、油、はるさめ、すりごま、砂糖	牛乳、鶏ささ身、卵、ベーコン、へム鉄入りえびせん、ミニボン こざかな	きゅうり、しいたけ、にら、にんじん、パセリ	しょうゆ、酢、中華だしの素、食塩	ミニのりすけ へム鉄入りえびせん ミニボン こざかな	エネルギー 471 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 15.6 g カルシウム 166 mg
06 (土)	焼きそば りんご 野菜ジュース	焼きそばめん、油	豚肉(ばら)、かつお節	野菜ジュース、りんご、もやし、キャベツ、にんじん、万能ねぎ、あおのり	中濃ソース、ケチャップ	ハッピーラムネ サンワルドのミレービスケット	エネルギー 385 kcal たんぱく質 9.1 g 脂 質 13.1 g カルシウム 48 mg
08 (月)	さけの塩焼き わかめ御飯 けんちん汁 切り干し大根のシャキシャキサラダ パナナ	米、ラムネ、マヨネーズ、ごま油	さけ、木綿豆腐、鶏もも肉、ツナ水煮缶、ミニボン こざかな、油揚げ、かつお節	パナナ、にんじん、だいこん、きゅうり、切り干しだいこん、ごぼう、ねぎ	かつおだし汁、ぼん酢しょうゆ、しょうゆ、食塩	豆乳ラスク ハッピーラムネ ミニボン こざかな	エネルギー 459 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 9.2 g カルシウム 94 mg
09 (火)	鶏のレモン焼き ロールパン 豆乳スープ かぼちゃのサラダ 牛乳	ロールパン、油、片栗粉、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも肉、豆乳、ハム、カルテツいわしおかき	かぼちゃ、はくさい、えのきたけ、きゅうり、レモン果汁	コンソメ、しょうゆ、食塩	へム鉄入りえびせん サンワルドのミレービスケット カルテツいわしおかき	エネルギー 544 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 26.8 g カルシウム 167 mg
10 (水)	肉じゃが 御飯 みそ汁(玉ねぎ・わかめ) スパゲティサラダ	米、じゃがいも、しらたき、マヨネーズ、ミニのりすけ、スパゲティ、油、砂糖	豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)、ハム、ミニボン こざかな	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	ハッピーラムネ ミニのりすけ ミニボン こざかな	エネルギー 503 kcal たんぱく質 11.4 g 脂 質 15.7 g カルシウム 61 mg
11 (木)	中華丼 豆腐スープ(わかめ) はるさめサラダ 愛玉子(オーギョーチー)風ゼリー	米、はちみつ、はるさめ、ごま油、片栗粉、砂糖	木綿豆腐、豚肉(ばら)、カルテツいわしおかき、ゼラチン	はくさい、きゅうり、にんじん、ねぎ、しいたけ、レモン果汁、レモン、たけのこ、黒きくらげ、カットわかめ、くこの実、しょうが、にんにく	中華スープ、しょうゆ、酢、食塩、中華だしの素、こしょう	サンワルドのミレービスケット 豆乳ラスク カルテツいわしおかき	エネルギー 507 kcal たんぱく質 12.1 g 脂 質 15.4 g カルシウム 80 mg
12 (金)	豚肉のしょうが焼き 御飯 麩のすまし汁(えのき) キャベツとツナのサラダ 牛乳	米、油、焼ふ	牛乳、豚肉(肩ロース)、へム鉄入りえびせん、ツナ油漬缶、ミニボン こざかな	キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、食塩、こしょう	ミニのりすけ へム鉄入りえびせん ミニボン こざかな	エネルギー 473 kcal たんぱく質 16.8 g 脂 質 18.1 g カルシウム 148 mg
13 (土)	チャーハン オレンジ 野菜ジュース	米、油	ハム	野菜ジュース、オレンジ、たまねぎ、にんじん、万能ねぎ、ピーマン	しょうゆ、食塩	ハッピーラムネ サンワルドのミレービスケット	エネルギー 297 kcal たんぱく質 7.4 g 脂 質 6.4 g カルシウム 38 mg
15 (月)	カレーライス コロッケ スナップえんどうの卵サラダ りんご	米、ラムネ、じゃがいも、マヨネーズ、油	卵、豚肉(ばら)、ミニボン こざかな	りんご、たまねぎ、スナップえんどう、にんじん、レモン果汁	カレールウ、食塩	豆乳ラスク ハッピーラムネ ミニボン こざかな	エネルギー 601 kcal たんぱく質 13.7 g 脂 質 24.4 g カルシウム 49 mg
16 (火)	【香川県ご当地メニュー】 しっぽくうどん ちくわ磯辺揚げ ブロッコリーの白あえ ミルクプリン おいり	冷凍ゆでうどん、砂糖、さといも、油、小麦粉、すりごま	牛乳、木綿豆腐、ちくわ、鶏もも肉、ゼラチン、鶏ささ身、油揚げ、カルテツいわしおかき	だいこん、ブロッコリー、にんじん、ねぎ、あおのり	煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、本みりん、食塩、しょうゆ	へム鉄入りえびせん サンワルドのミレービスケット カルテツいわしおかき	エネルギー 512 kcal たんぱく質 30.4 g 脂 質 16.9 g カルシウム 175 mg
17 (水)	【ワールドメニュー】 鯛のアクアパッツァ フランスパン ボイルブロッコリー ミネストローネスープ マチエドニア	フランスパン、じゃがいも、ミニのりすけ、スパゲティ、砂糖、マヨネーズ、オリーブ油、油	真鯛、ミニボン こざかな、豚ひき肉	パナナ、たまねぎ、トマトジュース缶、トマト、キウイフルーツ、いちご、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、ミニトマト、セロリ、レモン果汁、にんにく、パセリ	ワイン(白)or料理酒とレモン汁、コンソメ、食塩、パセリ粉	ハッピーラムネ ミニのりすけ ミニボン こざかな	エネルギー 494 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 11.1 g カルシウム 58 mg

乳幼児期の食事は、子どもの体を作り、心を育て、「生きる力の基礎」を育みます。
園では健康的な食事を「安全」に「おいしく」食べられるよう、様々な工夫をしています。

★給食の栄養

子どもに必要なエネルギー量と栄養素量は、国が基準を示しています。
給食では、この「基準」に合わせて献立を作成しています。

★食べる意欲を育てる働きかけ

友達との会話や、友達が食べる姿を見ることは、子どもの「食べてみよう!」という気持ちを育みます。
また、実際に食事づくりに関わったり、給食を作る人と触れ合うことも大切にしています。

★安全に配慮した給食

1・食中毒予防

子どもたちに安全な給食を提供するために、国のガイドラインに沿った衛生管理を行っています。各工程で、決められた内容を実施し、記録しながら作業を行うことで安全性を高めています。

2・誤嚥予防

食べ物による誤嚥や窒息の原因は、食べ物の形状だけでなく、子どもの「食べ方」や「行動」が原因となることがあります。園では、食べ物の硬さや大きさに注意するとともに、安全に食べられるように丁寧に食事支援を行っています。

日 ／ 曜	献 立 名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	栄 養 価
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
18 (木)	鶏のから揚げ 御飯 みそ汁(玉ねぎ・あげ) きんぴらごぼう フルーツゼリー	米、油、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	鶏もも肉、豚肉(ばら)、米みそ(淡色辛みそ)、カルテツいわしおかき	フルーツミックス(缶)、たまねぎ、ごぼう、にんじん、カットわかめ、しょうが、にんにく	かつお・昆布だし汁、しょうゆ	サンワルドのミレービスケット 豆乳ラスク カルテツいわしおかき	エネルギー 543 kcal たんぱく質 17.8 g 脂 質 15.8 g カルシウム 49 mg
19 (金)	豆腐の肉あんかけ 御飯 はるさめスープ(はくさい) さやえんどうともやしのごま酢あえ 牛乳	米、片栗粉、はるさめ、砂糖、ごま、油	牛乳、木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、へム鉄入りえびせん、ミニボン こざかな	もやし、たまねぎ、はくさい、にんじん、たけのこ(ゆで)、えのきたけ、ねぎ、さやえんどう、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、中華だしの素、食塩	ミニのりすけ へム鉄入りえびせん ミニボン こざかな	エネルギー 402 kcal たんぱく質 14.1 g 脂 質 12.7 g カルシウム 199 mg
20 (土)	きつねうどん キウイフルーツ 野菜ジュース	冷凍ゆでうどん、きつねあげ		野菜ジュース、キウイフルーツ、ねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	ハッピーラムネ サンワルドのミレービスケット	エネルギー 326 kcal たんぱく質 7.9 g 脂 質 6.3 g カルシウム 36 mg
22 (月)	さばの塩焼き グリーンピース御飯 みそ汁(切干し・玉ねぎ) かぼちゃのそぼろあんかけ オレンジ	米、ラムネ、油、片栗粉	さば、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ミニボン こざかな、油揚げ	オレンジ、かぼちゃ、たまねぎ、グリーンピース、切り干しだいこん、カットわかめ、こんぶ(だし用)	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	豆乳ラスク ハッピーラムネ ミニボン こざかな	エネルギー 392 kcal たんぱく質 18.0 g 脂 質 12.5 g カルシウム 61 mg
23 (火)	【お誕生会メニュー】 なすのミートスパゲティー コーンスープ ブロッコリーのごまあえ パナナケーキ 牛乳	スパゲティ、ホットケーキ粉、砂糖、油、米粉、すりごま	牛乳、豆乳、牛豚合いびき肉、カルテツいわしおかき	たまねぎ、クリームコーン缶、パナナ、ブロッコリー、コーン、なす、にんじん	ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、食塩、コンソメ	へム鉄入りえびせん サンワルドのミレービスケット カルテツいわしおかき	エネルギー 555 kcal たんぱく質 16.0 g 脂 質 20.7 g カルシウム 175 mg
24 (水)	豚肉のすき焼き風煮物 にんじん御飯 みそ汁(だいこん・油揚げ) マカロニキャベツ エンゼル自家製ヨーグルト(マンゴー)	米、ミニのりすけ、マカロニ、砂糖、ごま	豚肉(肩ロース)、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、ミニボン こざかな、油揚げ	たまねぎ、だいこん、はくさい、キャベツ、えのきたけ、にんじん、マンゴー、ねぎ、コーン、こんぶ(だし用)、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	ハッピーラムネ ミニのりすけ ミニボン こざかな	エネルギー 488 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 11.0 g カルシウム 188 mg
25 (木)	中華風ローストチキン 御飯 にら卵スープ もやしのナムル ホワイトゼリー	米、ごま、ごま油、砂糖、油	鶏もも肉、カルピス、卵、カルテツいわしおかき	たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんじん、にら、にんにく、しょうが	しょうゆ、みりん、食塩、中華だしの素、こしょう	サンワルドのミレービスケット 豆乳ラスク カルテツいわしおかき	エネルギー 409 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 11.3 g カルシウム 57 mg
26 (金)	親子丼 もずくスープ ほうれん草ともやしのおかか和え 牛乳	米、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、卵、へム鉄入りえびせん、ミニボン こざかな、かつお節	たまねぎ、もやし、ほうれんそう、もずく、にんじん、ねぎ	中華スープ、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩、ほんだし	ミニのりすけ へム鉄入りえびせん ミニボン こざかな	エネルギー 523 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 12.2 g カルシウム 193 mg
27 (土)	サンドウィッチ りんご 野菜ジュース	食パン、マヨネーズ	卵、ハム、ツナ油漬缶、スライスチーズ	野菜ジュース、りんご、きゅうり、レタス、いちごジャム		はッピーラムネ サンワルドのミレービスケット	エネルギー 527 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 24.6 g カルシウム 170 mg
30 (火)	ポークビーンズ ロールパン ピーマンのツナあえ(ひじき) 牛乳	ロールパン、じゃがいも、ねりごま、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、だいず(ゆで)、ツナ油漬缶、カルテツいわしおかき	たまねぎ、ホールトマト缶詰、ピーマン、にんじん、コーン、ひじき、にんにく	ケチャップ、酢、しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉	へム鉄入りえびせん サンワルドのミレービスケット カルテツいわしおかき	エネルギー 503 kcal たんぱく質 18.8 g 脂 質 22.7 g カルシウム 225 mg

新しい環境に慣れ、保育者や友達と一緒に食べる楽しさを味わう

旬の食材

新じゃがいも・新たまねぎ
春キャベツ・たけのこ
アスパラガス・グリーンピース
さやえんどう・いちご

お知らせ

※10時のおやつは
こぼと組のみとなります。

※1(月)～13(土)までは
くじく教室(預かり保育)に
お申し込みの方のみとなります。

