



★今月の目標★

食前の手洗い、食前食後のあいさつの習慣を身につける

東向寺保育園



日付	献立	3時おやつ	朝おやつ	材 料 名		
				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
01月	三色どんぶり、筍のすまし汁、フルーツカクテル きゅうりのゆかり和え、乳酸菌飲料	スコーン	塩せんべい	米、ホットケーキ粉 押麦、油、砂糖	牛乳、乳酸菌飲料 鶏肉、豆乳	きゅうり、人参、みかん缶 ほうれん草、もも缶、筍、パイン缶 わかめ、生姜
02火	五目みそ汁、ししゃものごま衣焼き ブロッコリーのおかか和え、バナナ	人参ビスケット	クラッカー	米、ホットケーキ粉 さつまいも、油	牛乳、ししゃも、みそ 油揚げ、ごま かつお節	バナナ、大根、ブロッコリー 玉ねぎ、人参、えのき
03水	じゃがいものスープ、豆腐ハンバーグ キャベツのコーン煮、人参サラダ	焼き芋	ビスケット	さつまいも、米、砂糖 じゃがいも、片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉、牛肉	キャベツ、人参、みかん缶、玉ねぎ もやし、コーン、わかめ、にんにく
04木	玉ねぎのみそ汁、白身魚の酒蒸し ひじきとさつま芋の炒り煮、パイン缶	源氏パイ	きらず揚げ	米、源氏パイ さつまいも、油 片栗粉、砂糖	牛乳、鮭、みそ、油揚げ	パイン缶、玉ねぎ、人参、大根 小松菜、えのき、いんげん ひじき
05金	ゆかり御飯、ポークビーンズ ほうれん草のごま和え、ヨーグルト	おにぎり (昆布)	野菜スナック	米、じゃがいも、油 砂糖	牛乳、ヨーグルト、豚肉 大豆、ごま	玉ねぎ、トマト缶詰、ほうれん草 キャベツ、人参、昆布佃煮、にんにく
06土	マーボー豆腐丼、中華スープ、ばんかん	麦茶 ハーベスト	調整豆乳 クリーム ビスケット	米、じゃがいも ハーベスト、押麦 片栗粉、ごま油、砂糖	豆腐、豚肉、みそ ごま、調整豆乳	ばんかん、人参、もやし、ねぎ わかめ、生姜
08月	あずき御飯、豆腐すまし汁、鶏肉のごまみそ焼き かぼちゃのマリネ、りんご 花まつり お釈迦様の誕生日です	蒸しパン (和風やさしい)	塩せんべい	米、ホットケーキ粉 砂糖、油	牛乳、鶏肉、豆腐 豆乳、小豆、ごま みそ	かぼちゃ、りんご、チンゲン菜 きゅうり、キャベツ、小松菜 玉ねぎ、わかめ
09火	さつまいものみそ汁、青魚の煮つけ、卵の花 ゆでスナックえんどう、りんご	豆乳もち	クラッカー	米、さつまいも 片栗粉、油、砂糖	牛乳、豆乳、さわら 鶏肉、おから、きな粉 みそ	りんご、人参、スナックえんどう 小松菜、玉ねぎ、ねぎ、生姜
10水	わかめスープ、厚揚げと豚肉のみそ煮 切干大根のサラダ、バナナ ★園児検診	スープごはん	ビスケット	米、砂糖、春雨、油	牛乳、厚揚げ、豚肉 ツナ、鶏肉、みそ	バナナ、玉ねぎ、白菜、人参、大根 きゅうり、キャベツ 切り干しだいこん、わかめ
11木	あげのすまし汁、白身魚の五目とろみ煮 磯辺さつまいも	丸ぼうろ	きらず揚げ	米、さつまいも、油 片栗粉、砂糖	牛乳、いさぎ、油揚げ	玉ねぎ、チンゲン菜、人参、コーンビー マン、えのき、青のり、生姜
12金	昆布御飯、肉じゃが、ほうれん草のナムル、バナナ	せんべい	野菜スナック	じゃがいも、米 ぼたぼた焼き、油 砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、ごま	バナナ、玉ねぎ、ほうれん草、人参 もやし、塩昆布
13土	新年度説明会・子育て講座（消防体験） ※持ち帰り給食	麦茶 ビスケット	調整豆乳 せんべい	未定	調整豆乳	未定
15月	筍混ぜ御飯、玉ねぎの煮びたし汁、ばんかん 鶏レバーのみそ煮、蒸しかぼちゃとブロッコリー	さつま芋の ごま団子	芋けんぴ	米、さつまいも 砂糖、油、砂糖	鶏レバー、ごま、卵 油揚げ、みそ	ばんかん、かぼちゃ、玉ねぎ ブロッコリー、小松菜、筍、えのき 人参、生姜
16火	ケチャップライス、さといものスープ、いちご 白身魚のコーンマヨ焼き、キャベツのサラダ ♡おたんじょう会メニュー♡	クラッカーサンド (いちごジャム)	塩せんべい	和風ドレッシング ノンエッグマヨ 米、里芋 油	牛乳、鮭、鶏肉 粉チーズ	キャベツ、いちご、玉ねぎ、人参 もやし、ほうれん草、いちごジャム クリームコーン缶、ピーマン
17水	大根のすまし汁、厚揚げの中華煮 さつまいもの甘煮、りんご	おにぎり (ビーンズ)	クラッカー	米、さつまいも 片栗粉、ごま油、油 砂糖	牛乳、厚揚げ、豚肉 大豆、鶏肉	りんご、大根、玉ねぎ、人参、ねぎ ピーマン、いんげん、生姜、にんにく
18木	豆腐のみそ汁、青魚とじゃが芋の煮物 きゅうりの昆布あえ、ばんかん	ハーベスト	ビスケット	米、じゃがいも ハーベスト、油 春雨、片栗粉、砂糖	牛乳、さわら、豆腐 みそ、油揚げ	ばんかん、玉ねぎ、きゅうり、人参 チンゲン菜、いんげん、塩昆布、生姜
19金	ふりかけ・じゃこ、鶏だんご鍋風 人参のごま酢あえ、キウイフルーツ	蒸しパン さつまいも	野菜スナック	米、ホットケーキ粉 さつまいも、片栗粉 油、砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、豆腐 豆乳、しらす干し ごま、かつお節	キャベツ、キウイフルーツ、もやし 人参、ねぎ、えのき茸、玉ねぎ コーン、いんげん、昆布、生姜
20土	鶏野菜うどん、磯辺さつまいも、バナナ	麦茶 黒糖棒	調整豆乳 ウエハース	うどん、さつまいも 黒糖棒、米粉、油	鶏肉、調整豆乳	バナナ、もやし、玉ねぎ、キャベツ 人参、青のり
22月	チャウダー、鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのごまあえ、パイン缶	えびごはん	芋けんぴ	米、じゃがいも 片栗粉、油、砂糖	牛乳、鶏肉、豆乳 ツナ、ごま、干しえび かつお節	パイン缶、玉ねぎ クリームコーン缶、ブロッコリー 人参、マーマレード、ひじき
23火	わかめ御飯、厚揚げのケチャップ煮 キャベツのコールスローサラダ、バナナ	ビスコ	塩せんべい	米、ビスコ 和風ドレッシング 油、片栗粉	牛乳、厚揚げ、鶏肉 ツナ	キャベツ、バナナ、玉ねぎ、人参 コーン
24水	厚揚げみそ汁、鶏肉のしょうが焼き ペイクドじゃが、ゆでスナックえんどう、りんご	小魚 バナナチップス	クラッカー	米、じゃがいも、油 ノンエッグマヨ	牛乳、鶏肉、厚揚げ みそ、煮干し	りんご、玉ねぎ、スナックえんどう もやし、人参、バナナ(乾果)、生姜
25木	さつまいものみそ汁、小松菜のおかか和え 白身魚と切干大根のあんかけ、バナナ	チヂミ	ビスケット	米、さつまいも、ごま 油、片栗粉、油	牛乳、鮭、豚肉 油揚げ、みそ しらす干し、かつお節	バナナ、キャベツ、小松菜、玉ねぎ、な す、人参、にら、コーン 切り干しだいこん
26金	はるさめスープ、マーボー豆腐 きゅうりの酢の物	かぼちゃの きな粉かけ	野菜スナック	米、春雨、砂糖、油 片栗粉	牛乳、豆腐、豚肉 納豆、みそ、きな粉	かぼちゃ、みかん缶、きゅうり ねぎ、人参、玉ねぎ、チンゲン菜 コーン、えのき、わかめ、生姜
27土	てりやき野菜丼、五目汁 ばんかん	麦茶 丸ぼうろ	調整豆乳 白い風船	米、じゃがいも、油 片栗粉	鶏肉、厚揚げ、調整豆乳	ばんかん、もやし、人参、玉ねぎ キャベツ、ねぎ
30火	カレーライス、福神漬け キャベツのサラダ カルピスカクテル	バナナココア ケーキ	芋けんぴ	米、じゃがいも ホットケーキ粉 パーメントカレー 押麦、油	牛乳、豚肉、豆乳 カルピス、ツナ	玉ねぎ、キャベツ、バナナ、人参 チンゲン菜、みかん、いちご キウイフルーツ、福神漬

★献立表は当園ホームページでも
見ることができます。

★下線は旬の食材です。

★大切なお知らせ



★調味料でトンカツ・中濃
ウスターソース、かけぼん
こしょう、カレー粉、ココア
ゆかり粉、焼肉のたれも
使用します。

★未摂取食材調査票★

※4月の献立に使用されている食品の中で
食べたことがない食材を記入の上、**3月25日まで**
ご提出ください。

園児名	食品名	調味料
()	()	()

園児名	食品名	調味料
()	()	()

令和5年 月 日
保護者氏名 印

厚生労働省の「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」2019年改訂版で
アレルギー対応に組織的に取り組んでいくことが求められています。

アレルギーの初発事故が起らないために献立に使用されている食品の中
『食べたことがない食材』がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、
何ら症状が誘発されないことを確認してください。保育園では安全を最優先に
いたしますので、家庭で試すことができなかった場合にはご連絡ください。

※すみれ組0・1歳児は食べたことがない食材の有無に関わらず
全員ご提出ください。



※米は半つき米を使用しています。
※牛乳は5歳児は給食時に1~4歳児は
おやつ時に提供しています。

※都合により献立内容や食材が変更に
なる場合があります。ご了承ください。