

23年04月の献立

ようちえん給食(株)

電話：022-782-0821

FAX：022-782-0822

通常食

仙台市若林区鶴代町1-15

栄養士：鈴木

〇←ｽｰﾌﾟを使うと食べやすいです。

日付	曜日	ｽｰﾌﾟ	主食	献立	カロリー	体をつくる	熱や力になる	体調を整える
10	月		若菜ごはん	ハンバーグ(デミソース)・スパゲティソテー・スマイルポテト・ブロッコリー・ツナとアスパラのサラダ・黄桃	379 k	わかめ・鶏肉・ツナ	ごま・米・小麦粉・植物油・じゃが芋・砂糖	大根若菜・玉ねぎ・にんにく・パセリ・ブロッコリー・人参・黄桃・アスパラガス
11	火		のりおかかごはん	厚揚げのそぼろあん・ちくわの磯辺天ぷら・ひとくち焼き芋・三色ナムル・パイン	368 k	のり・鯉節・豚肉・厚揚げ・青のり・ちくわ	米・砂糖・小麦粉・植物油・さつまいも・ごま	生姜・長ねぎ・ほうれん草・もやし・人参・パイン
12	水		鮭フレークごはん	キャベツメンチ・ピーマン炒め・かにかま・孟宗汁煮(郷土料理)・みかん	357 k	鮭・鶏肉・豚肉・かまぼこ・油揚げ	米・植物油・小麦粉・砂糖	キャベツ・人参・きくらげ・玉ねぎ・ピーマン・しめじ・たけのこ・みかん
13	木	○	白ごはん	まぐろカツ・ミニキーマカレー・ポークウインナー・じゃが芋とコーンの焼くこり煮・フルーツカクテル	352 k	きはだまぐろ・豚肉・ウインナー・ベーコン	米・植物油・小麦粉・じゃが芋・砂糖	にんにく・玉ねぎ・人参・コーン・フルーツ★1
14	金	○	〈かりかりくんメニュー〉 鶏そぼろごはん	肉焼売・わかめのツナ和え	357 k	鶏肉・豚肉・たら・ツナ・わかめ	米・じゃが芋・小麦粉・植物油・砂糖・白滝・ごま	コーン・ごぼう・人参・玉ねぎ・キャベツ・オレンジ
17	月		〈ばくばくくんメニュー〉 ごま塩ごはん	鶏の唐揚げ・ポークウインナー・ブロッコリー・厚焼玉子・マカロニサラダ・みかん	414 k	鶏肉・ウインナー・卵・ツナ	ごま・米・植物油・小麦粉・砂糖	ブロッコリー・人参・コーン・グリーンピース・みかん
18	火		〈もぐもぐちゃんメニュー〉 のり香味ふりかけごはん	棒ぎょうざ・野菜炒め・星しんじょ・春雨中華サラダ・りんご煮	352 k	のり・豚肉・豆乳・豆腐・魚肉・鶏肉	ごま・米・植物油・小麦粉・砂糖・春雨	キャベツ・白菜・玉ねぎ・にら・人参・もやし・かぼちゃ・りんご・ほうれん草・ブロッコリー・きくらげ
19	水		ゆかりごはん	グリルチキン・焼きそば・くるくるポテト・五色和え・フルーツカクテル	382 k	鶏肉・豚肉・油揚げ	米・小麦粉・植物油・じゃが芋・ごま・砂糖	しそ・人参・キャベツ・玉ねぎ・もやし・アスパラガス・コーン・フルーツ★1
20	木		わかめごはん	とんかつ(ソース)・和風炒め・えびしゅうまい・ひじき煮・白桃	366 k	わかめ・豚肉・魚肉・えび・大豆・油揚げ・ひじき	米・植物油・小麦粉・砂糖・白滝	人参・キャベツ・もやし・玉ねぎ・白桃
21	金		味かつおふりかけごはん	ハムカツ・肉じゃが煮・コーンのつまみ揚げ・ブロッコリーのおかか和え・パイン&りんご	379 k	鯉節・ハム・豚肉・いとより	ごま・米・植物油・砂糖・じゃが芋・小麦粉・白滝	人参・玉ねぎ・コーン・ブロッコリー・パイン・りんご
24	月		〈ばくばくくんメニュー〉 のり佃煮ごはん	お星さまコロッケ・スパゲティナポリタン・赤かぶかまぼこ・ツナサラダ・白桃	361 k	のり・鶏肉・豚肉・ウインナー・かまぼこ・ツナ	米・植物油・じゃが芋・小麦粉・砂糖	玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン・人参・キャベツ・白桃
25	火	○	おにぎり&パン(ごま塩・ﾄｰﾙﾄﾞ) 二色おにぎり(ごま塩・白)	煮込みハンバーグ・ポテトフライ・ブロッコリー・チーズ・コーンソテー・パイン	344 k	鶏肉・豚肉・チーズ・ベーコン	ごま・米・小麦粉・植物油・じゃが芋・砂糖	玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・人参・パセリ・コーン・パイン
26	水	○	〈わくわくちゃんメニュー〉 白ごはん	ハッシュドポーク・オムレツ・ミートボール・ピーマンサラダ・オレンジ	408 k	豚肉・卵・鶏肉・ツナ・わかめ	米・植物油・小麦粉・砂糖	マッシュルーム・人参・玉ねぎ・オレンジ
27	木		梅ふりかけごはん	ヤンニョムチキン・春雨炒め・ポークウインナー・大根サラダ・フルーツカクテル	413 k	鯉節・のり・鶏肉・豚肉・ウインナー	ごま・米・砂糖・小麦粉・植物油・春雨	梅・にんにく・きくらげ・玉ねぎ・人参・大根・コーン・フルーツ★1
28	金	○	ポークカレーごはん 別：ももゼリー	ブロッコリー	409 k	豚肉・鶏肉・かまぼこ	米・じゃが芋・植物油・小麦粉・砂糖	にんにく・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・もも

午前保育

誕生会

※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までお召し上がりください。

※ 魚は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

※ 調味料は天塩と有機醤油を使用しております。(仕入先：鎌田醤油株式会社)

※ 郷土料理は山形県の「孟宗汁煮」(12日)です。

※ 旬食材は「アスパラガス」です。

★1フルーツカクテルの果物は、桃・洋梨・パイン・ぶどう・チェリーです。

4がっこんだてひょう

2023

ようちえん給食

仙台市若林区鶴代町1-15
TEL: 022-782-0821
FAX: 022-782-0822
URL: youchien-kyushoku.jp



店長: 椎谷 潔
栄養士: 鈴木綾子

月げつようび

火 かようび

水 すいようび

木 もくようび

金 きんようび

14日(金)は
ガリガリくんメニュー

ごほうで
噛み噛み
練習しよう♪



17日(月)と24日(月)は
ばくばくくんメニュー

人気のおかずを詰めたよ!
たくさん食べてね😊



18日(火)は
もくもくちゃんメニュー

いろいろな
食べ物を
知ろう!



25日(火)と26日(水)は
わくわくちゃんメニュー

25日(火)
何から食べよう
かな? わくわく♪

26日(水)
特製ハヤシライス
作っちゃおう!



- 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させていただく場合があります。
- 魚は極力骨を取っておりますが、気をつけてお召し上がりください。
- お弁当容器は変更になる場合もございます。ご了承ください。
- お弁当は食品衛生上、当日の午後1時までにお召し上がりください。

10 わかなごはん
ハンバーグ



11 のりおかかごはん
あつあげのそぼろあん



12 さけフレークごはん
キャベツメンチ



郷土料理 山形県「孟宗汁煮」

13 しろごはん
まぐろカツ



14 とりそぼろごはん
コーンコロツケ



ガリガリくんメニュー

17 ごましおごはん
とりのからあげ



ばくばくくんメニュー

18 のりごうみぶりかけごはん
ほうぎょうざ



もくもくちゃんメニュー

19 ゆかりごはん
グリルチキン



20 わかめごはん
とんかつ



21 あじかつおぶりかけごはん
ハムカツ



24 のりつくだにごはん
おほしさまコロツケ



ばくばくくんメニュー

25 おにぎり & パン
にこみハンバーグ



わくわくちゃんメニュー

26 しろごはん
ハツシユドポーク



わくわくちゃんメニュー

27 うめぶりかけごはん
ヤンニョムチキン



28 ポークカレーごはん
メンチカツ



ももゼリー