



社会福祉法人 東京児童協会
江東区南砂さくら保育園
令和3年度4月(卯月) 献立表

目標～楽しく食べよう～



※日々安心・安全な食品を供給していますが、輸入状況により献立を変更する場合がございます。
※場合が異なります。
※カレンダーに記載されているカレンダーは初月の1日の昼食とおやつ2分のカレンダーです。
※乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の摂取量に応じて変動します。
※一日の幼児食(食おやつ)のカレンダー(基準:500kcal)

曜日	木	金	土
予定	1	2	3
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンライス ・南瓜サラダ ・ペイザンソース ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・カレイのカレーハン粉焼き ・キャベツと油揚げのお浸し ・大根と椎茸の味噌汁 ・蒲焼オレシ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・じゃが芋のそぼろ煮 ・ひじきの煮物 ・若布と豆腐の味噌汁 ・ヨーグルト
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズお好みおにぎり ・小麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・メニューパルロール ・ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりおにぎり ・牛乳
献立	8	9	10
予定	入園・進級お祝い献立		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・粥飯 ・鹿のから揚げ ・ほうろく草のポン酢和え ・花巻のすまし汁 ・いちご 	<ul style="list-style-type: none"> ・蕎麦キャベツ焼きそば ・胡瓜とさきみのさっぱり和え ・レタスとえのきのスープ ・てこぼん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚汁 ・小松菜の油葱和え ・大根と油揚げの味噌汁 ・ヨーグルト
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・お祝い2色ジャムサンド ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・アップとひじきの炊き込みご飯 ・小麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・若布のおにぎり ・牛乳
献立	15	16	17
予定	533	590	574
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ご飯 ・サツマ揚げ ・菜の花のマヨ和え ・おにぎり ・オレシ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・カレイのカレーハン粉焼き ・キャベツと油揚げのお浸し ・大根と椎茸の味噌汁 ・蒲焼オレシ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・じゃが芋のそぼろ煮 ・ひじきの煮物 ・若布と豆腐の味噌汁 ・ヨーグルト
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズお好みおにぎり ・小麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりおにぎり ・牛乳
献立	21	22	23
予定	誕生会		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・にんじんご飯 ・チキンハンバーグ ・入夢ラッセ ・香野菜とベーコンのサラダ ・マカロニスープ ・オレシゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏じゃが ・ほうろく草のポン酢和え ・水餃とお酢のすまし汁 ・蒲焼オレシ 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚汁 ・小松菜の油葱和え ・大根と油揚げの味噌汁 ・ヨーグルト
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールケーキ〜フルーツ添え〜 ・ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ・いちごジャムサンド ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・アップとひじきの炊き込みご飯 ・小麦茶
献立	28	29	30
予定	端午の節句	昭和の日	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・鯉のぼり焼き ・蒲葉の甘酢漬 ・大根と三つ葉のすまし汁 ・いちご 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハンパロール ・ポテトチャップ ・前こぼろのサラダ ・火こごろのスープ ・ひんご 	<ul style="list-style-type: none"> ・米粉入りお好み焼き ・牛乳
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・ちまき ・緑茶 		
献立	27	28	29
予定	448	448	448
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー
献立	12	13	14
予定	448	610	533
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・五目うどん ・南瓜の白煮 ・胡瓜と若布の酢の物 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・油揚げの卵とし汁 ・春雨の胡麻酢和え ・南瓜と玉葱の味噌汁 ・バナナ
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・味噌パテト ・小麦茶
献立	19	20	21
予定	479	560	537
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・豚汁 ・小松菜の油葱和え ・大根と油揚げの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ご飯 ・サツマ揚げ ・菜の花のマヨ和え ・おにぎり ・オレシ
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳
献立	26	27	28
予定	448	610	717
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・にんじんご飯 ・チキンハンバーグ ・入夢ラッセ ・香野菜とベーコンのサラダ ・マカロニスープ ・オレシゼリー
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールケーキ〜フルーツ添え〜 ・ミルクティー
献立	5	6	7
予定	5	6	7
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ピースカレー ・リンピニス入のココロック ・手切の野菜〜オレシドレッシング〜 ・スナップエンドウの味噌汁 ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・野茶の日
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・竜こぼん ・ひじきの煮物 ・アスパラと人参の和洋 ・じゃが芋とほうろく草の味噌汁 ・フルーツゼリー

ご入園・ご進級おめでとうございます

春の陽気と共に、新年度がスタートしました。
今年度も保育園で過ごす1日を大切に、美味しく、安心、安全な給食を提供していきます。
今年度は、日本各地の「郷土食」を毎月献立に取り入れていきます。食を通して、日本の文化や歴史に触れていく事が出来ればと思います。
4月は「半夏生」。名産である菜の花が旬です。独特な香りや苦みがある食材ですが、子ども達が食べやすい味付けの和え物にして提供していきます。サンガ橋は44巻を使ったような料理です。これも、鶏肉を混ぜることで食べやすく仕上げています。郷土食をそのまま提供するのではなく、子ども達が食べたいと思えるような工夫をして、提供していければと思います。