

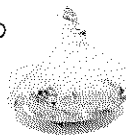
給食献立予定表（令和7年4月分）

日 曜	献 立 名	主 要 材 料 []内は乳児のみ			間 食	乳 児 お や つ 乳児・幼児おやつ
		血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子を良くするもの		
1 火	牛丼 ごま酢和え 果物	[牛乳]、ちくわ、牛肉、スキムミルク、チーズ	[菓子]、押し麦、精白米、糸こんにゃく、砂糖、菓子、油、ごま	人参、葱、きゅうり、ごぼう、玉葱、白菜、(バナナ)		牛乳 菓子 ミルク 棒チーズ 菓子
2 水	御飯 豆腐の炒め煮 ナムル 果物	[棒チーズ]、[牛乳]、豆腐、豚肉、ハム、スキムミルク	精白米、さつまい芋、じゃが芋、でん粉、砂糖、油、ごま油	(チンゲン菜)、人参、葱、キャベツ、生姜、玉葱、れんこん、もやし、木耳、干椎茸、(オレンジ)		牛乳 棒チーズ ミルク 野菜チップス
3 木	御飯 魚のマヨネーズ焼き 付け合せ オニオンスープ	[牛乳]、(生鮭)、ベーコン、スキムミルク	精白米、食パン(6枚切り)、グラニュー糖、油、マーガリン、ごま、マヨネーズ	[果物]、人参、葱、ピーマン、ブロッコリー、赤ピーマン、玉葱、しめじ茸		牛乳 果物 ミルク ごまトースト
4 金	御飯 豆腐ナゲット 付け合せ マカロニスープ	[牛乳]、豆腐、ツナ缶(水煮)、若鶏挽肉、ベーコン、卵、スキムミルク	[菓子]、マカロニ、パン粉、精白米、でん粉、砂糖、油	(小松菜)、トマト、人参、グリーンピース、キャベツ、玉葱、ホールコーン缶、木耳、しめじ茸、みかん缶、パイン缶、黄桃缶、(バナナ)		牛乳 菓子 ミルク フルーツポンチ
5 土	ミートスパゲッティ スティック野菜 果物	[牛乳]、牛挽肉、豚挽肉、粉チーズ	菓子、スパゲティ、砂糖、油、マヨネーズ	Gアスパラ、トマトホール缶、人参、グリーンピース、きゅうり、玉葱、にんにく、しめじ茸、レモン汁、(バナナ)		牛乳 菓子 お茶 菓子
7 月	パン ビーフシチュー ハムサラダ 果物	[牛乳]、しらす干し、牛肉、ハム、、塩わかめ	パン、精白米、じゃが芋、砂糖、サラダ油、ごま、バター	[果物]、人参、グリーンピース、キャベツ、きゅうり、玉葱、(バナナ)		牛乳 果物 お茶 わかめおにぎり
8 火	春の炊き込みご飯 千草和え えのきたけのみそ汁	[棒チーズ]、[牛乳]、豆腐、油揚げ、煮干し(だし)、ちくわ、若鶏肉、スキムミルク、中味噌	押し麦、小麦粉、精白米、上新粉、砂糖、バター	さやえんどう、人参、葱、(ほうれん草)、たけのこ水煮、玉葱、ふき、もやし、えのき茸、干椎茸		牛乳 棒チーズ ミルク ショートブレッド
9 水	御飯 鶏肉のオーロラソース和え 付け合せ 豆乳スープ	[牛乳]、若鶏肉、ベーコン、白みそ、豆乳、卵、牛乳、スキムミルク	[菓子]、精白米、片栗粉、油、小麦粉、砂糖、バター	キャベツ、人参、玉葱、白菜、えのき、パイン缶		牛乳 菓子 ミルク パイナップルケーキ
10 木	御飯 魚の照り焼き にしき和え じゃがいものみそ汁	豆乳、煮干し(だし)、(さわら)、中味噌	精白米、米粉、じゃが芋、砂糖、サラダ油、ジャム	[果物]、さやえんどう、人参、きゅうり、玉葱、ホールコーン缶、もやし		お茶 果物 お茶 米粉ジャムケーキ
11 金	御飯 豚肉と野菜の生姜炒め 麩のすまし汁 果物	[牛乳]、絹豆腐、かつお節(だし)、豚肉、スキムミルク、昆布(だし)、塩わかめ	[菓子]、小麦粉、精白米、白玉麩、砂糖、油、ごま	人参、ピーマン、三つ葉、キャベツ、生姜、玉葱、しめじ茸、(オレンジ)		牛乳 菓子 ミルク 豆腐ごまドーナツ
12 土	五目うどん はりはり漬け 果物	[牛乳]、油揚げ、しらす干し、かつお節(だし)、若鶏肉、刻み昆布、昆布(だし)	菓子、うどん(冷)、砂糖、ごま油	(小松菜)、人参、葱、ごぼう、生姜、切干大根、えのき茸、木耳、(バナナ)		牛乳 菓子 お茶 菓子
14 月	御飯 三絲湯 中華和え 果物	[牛乳]、豆腐、豚肉、ゼラチン、牛乳、生クリーム、スキムミルク、寒天	精白米、春雨、砂糖、ごま油、ジャム	[果物]、人参、葱、たけのこ水煮、玉葱、白菜、もやし、木耳、生椎茸、茸、(オレンジ)		牛乳 果物 ミルク パンナコッタいちごソース
15 火	パン ポークビーンズ ツナとアスパラのサラダ 果物	[棒チーズ]、[牛乳]、あん、茹大豆、ツナ缶(水煮)、豚肉、スキムミルク	パン、もち米、じゃが芋、砂糖、油、サラダ油	Gアスパラ、トマトピューレ、人参、キャベツ、きゅうり、玉葱、ホールコーン缶、もやし、しめじ茸、(バナナ)		牛乳 棒チーズ ミルク 桜もち

日 曜	献 立 名	主 要 材 料 []内は乳児のみ			開食	乳児おやつ
		血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子を良くするもの		乳児・幼児おやつ
16 水	チャーハン レモン酢和え わかめスープ	〔牛乳〕、焼き豚、刻み昆布、豆腐、わかめ、スキムミルク、卵、粉チーズ	〔菓子〕、精白米、小麦粉、バター、砂糖	玉葱、ミックスベジタブル、キャベツ、もやし、人参、葱、レモン汁	牛乳 菓子 ミルク チーズクッキー	
17 木	御飯 魚の塩焼き 若竹煮 厚揚げのみそ汁 かみかみ献立	〔牛乳〕、きな粉、絹豆腐、厚揚げ、煮干し(だし)、(さわら)、さつま揚げ、塩わかめ、中味噌	精白米、白玉粉、じゃが芋、砂糖、ごま	〔果物〕、さやえんどう、人参、葱、たけのこ、玉葱、しめじ茸、レモン汁	牛乳 果物 お茶 利休白玉	
18 金	御飯 鶏肉のチーズ焼き 付け合せ ジュリアンスープ	〔牛乳〕、若鶏肉、ベーコン、卵、牛乳、スキムミルク、チーズ	〔菓子〕小麦粉、精白米、砂糖、油、マーガリン	人参、ブロッコリー、生姜、玉葱、にんにく、白菜、えのき茸、バナナ、レモン汁	牛乳 菓子 ミルク バナナホットケーキ	
19 土	きつねうどん おひたし 果物	〔牛乳〕、油揚げ、かつお節(だし)、かまぼこ、ちくわ、昆布(だし)	菓子、うどん(冷)、砂糖	(チンゲン菜)、人参、葱、玉葱、もやし、干椎茸、(バナナ)	牛乳 菓子 お茶 菓子	
21 月	御飯 春野菜汁 焼きししゃも 宝島寺漬け	〔牛乳〕、豆腐、煮干し(だし)、しらす干し、粉かつお、ししゃも、豚肉、卵、スキムミルク、青のり粉	小麦粉、精白米、上新粉、じゃが芋、砂糖、油、ごま	〔果物〕、人参、葱、キャベツ、切干大根、玉葱、れんこん	牛乳 果物 ミルク ねぎ焼き	
22 火	御飯 豆腐ハンバーグ 付け合せ コーンスープ	〔棒チーズ〕〔牛乳〕、しぼり豆腐、牛挽肉、豚挽肉、ベーコン、卵、スキムミルク、粉チーズ	小麦粉、マカロニ、パン粉、精白米、砂糖、油、バター、ごま	Gアスパラ、人参、パセリ、玉葱、ホールコーン缶	牛乳 棒チーズ ミルク ハムサンド	
23 水	カレーライス れんこんサラダ 果物 こいのぼり運動会献立	〔牛乳〕、ちくわ、牛肉、スキムミルク	〔菓子〕、押し麦、精白米、じゃが芋、砂糖、油、サラダ油、小麦粉、バター	(小松菜)、人参、グリーンピース、生姜、玉葱、にんにく、れんこん、(バナナ)	牛乳 菓子 ミルク こいのぼりクッキー	
24 木	御飯 魚のごま揚げ 付け合せ 豆腐のすまし汁	〔牛乳〕、きな粉、豆腐、かつお節(だし)、(メルルーサ)、卵、スキムミルク、昆布(だし)、塩わかめ	小麦粉、パン粉、精白米、砂糖、油、サラダ油、ごま	〔果物〕、トマト、人参、葱、スナップエンドウ、生姜、玉葱、えのき茸	牛乳 果物 ミルク きな粉蒸しパン	
25 金	御飯 中華風ローストチキン 付け合せ 春雨スープ	〔牛乳〕、若鶏肉、スキムミルク、ひじき	〔菓子〕精白米、じゃが芋、でん粉、春雨、砂糖、サラダ油、ごま油	(チンゲン菜)、人参、ブロッコリー、生姜、玉葱、にんにく、生椎茸	牛乳 菓子 ミルク ひじき芋もち	
26 土	ラーメン 小魚のごまがらめ 果物	〔牛乳〕、かえりちりめん、焼き豚	菓子、中華そば(茹)、砂糖、油、ごま	(小松菜)、人参、葱、生姜、しなちく、玉葱、もやし、木耳、(バナナ)	牛乳 菓子 お茶 菓子	
28 月	御飯 洋風かきたま汁 ボイルウインナー キャベツサラダ	〔牛乳〕、若鶏肉、ウインナー、ゼラチン、卵、スキムミルク、寒天	精白米、じゃが芋、でん粉、砂糖、サラダ油	〔果物〕、人参、葱、キャベツ、きゅうり、玉葱、ホールコーン缶、しめじ茸、オレンジジュース	牛乳 果物 ミルク オレンジゼリー	
30 水	御飯 ポテトのオープン焼き 付け合せ 野菜スープ	〔牛乳〕、牛挽肉、豚挽肉、ベーコン、スキムミルク、チーズ	〔菓子〕、バゲットパン、パン粉、精白米、じゃが芋、グラニュー糖、油、マーガリン	(チンゲン菜)、人参、パセリ、キャベツ、玉葱、えのき茸	牛乳 菓子 ミルク ラスク	

<新玉ねぎ>

- ・収穫後すぐに出荷されたもの
- ・春先だけ出回る
- ・日持ちがしない(10日前後)
- ・やわらかく辛味が弱い
- ・生食にも向いている



新玉ねぎと玉ねぎの違い

出荷時期が違うだけで、
品種や栄養価は同じ



<玉ねぎ>

- ・収穫後乾燥して出荷されたもの
- ・一年中出回る
- ・日持ちがする
- ・しっかりとした食感で辛味が強い
- ・加熱料理向き

新玉ねぎの保存方法

- ①キッチンペーパーに包む
- ②ビニール袋に入れる
(常温の場合は7日程度、