



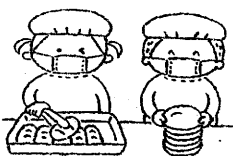
# 4月の献立表

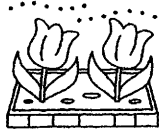
2018年04月

みどりの保育園(一般)

日付	朝おやつ	献立名	材料名			おやつ
			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	
02月	こんぶ	ご飯 みそ汁(じゃが芋・玉葱) 鮭の塩焼き いり鶏煮 りんご	胚芽米、食パン、じゃがいも、油、きび砂糖	牛乳、さげ、鶏もも肉、とろけるチーズ、みそ	りんご、だいこん、にんじん、たまねぎ、れんこん、たけのこ、ごぼう、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ	牛乳 チーズトースト 大根スティック
03火	ゆでかぼちゃ	マーボー丼 中華風スープ はくさいとじゃこのサラダ フルーツ	胚芽米、ごま油、きび砂糖、片栗粉、油、ごま、	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、煮干し、しらす干し	いちご、はくさい、もやし、チンゲンサイ、ねぎ、にんじん、にら、干しいたけ、にんにく、しょうが	お茶 五平餅 煮干し
04水	人参スティック	ご飯 みそ汁(大根・わかめ) 鶏のつくね照り焼き 小松菜のごま和え フルーツ	胚芽米、マカロニ、きび砂糖、片栗粉、ごま、油	牛乳、鶏ひき肉、きな粉、卵、みそ	いよかん、ごまつな、たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、わかめ(乾)	牛乳 マカロニきな粉 ごぼうスティック
05木	かぶの煮物	ご飯 みそ汁(えのき・厚揚げ) 豚肉のしょうが焼き 野菜炒め フルーツ	胚芽米、小麦粉、ながいも、油、ごま油	牛乳、豚肉、生揚げ、みそ、卵、干しえび、かつお節	メロン、緑豆もやし、キャベツ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、にら、こんぶ、万能ねぎ、しょうが、あおのり	牛乳 お好み焼き こんぶ
06金	胡瓜スティック	ソフトフランスパン かぼちゃのクリームシチュー コールスローサラダ いちご	フランスパン、胚芽米、小麦粉、油、ごま、はちみつ、きび砂糖	牛乳、鶏もも肉、しらす干し、バター、かつお節	いちご、日本かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、きゅうり、にら、ブロッコリー、コーン缶、マッシュルーム	お茶 じゃこチャーハン にんじんのマリネ
07土	こんぶ	メキシカンライス 野菜ころころスープ フルーツ	胚芽米、小麦粉、油	ウインナー(乳含む)、鶏もも肉、煮干し	いちご、たまねぎ、ピーマン、コーン缶、だいこん、かぶ、にんじん、なす、ねぎ、セロリー、干しいたけ	お茶 すいとん 煮干し
09月	煮干し	ご飯 みそ汁(小松菜・油揚げ) ローストチキン 洋風きんぴら フルーツ	胚芽米、オリーブ油	鶏もも肉、牛乳、豚肉、油揚げ、みそ、ベーコン(乳含む)	りんご、たまねぎ、れんこん、ごまつな、にんじん、ピーマン、こんぶ、にんにく、しょうが	牛乳 スバゲティー・ナポリタン こんぶ(乳児のみ)
10火	ブロッコリーごま和え	ご飯 みそ汁(えのき・キャベツ) かじきの磯辺揚げ 切干大根とさつま揚げの煮物 フルーツ	胚芽米、さつまいも、小麦粉、きび砂糖、油、	牛乳、まかじき、豆乳、さつま揚げ、みそ	ぶどう、キャベツ、にんじん、ごまつな、えのきたけ、いちごジャム、切り干しだいこん、あおのり	牛乳 いちごマーブル蒸しぱん ふかし芋
11水	粉ふき芋	ごはん みそ汁(じゃが芋・玉葱) 肉豆腐 かぼちゃのバター焼き フルーツ	胚芽米、じゃがいも、きび砂糖	豚肉、木綿豆腐、みそ、バター	かぼちゃ、りんご、しらたき、かぶ・葉、かぶ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、塩こんぶ	お茶 菜めし かぶの塩昆布あえ
12木	大根	カレーライス 福神漬け ツナサラダ フルーツ	胚芽米、じゃがいも、コーンフレーク、油、小麦粉、きび砂糖、はちみつ	ヨーグルト(無糖)、豚肉、豆乳、ツナ油漬缶、みそ	いよかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、みかん缶、もも缶、福神漬、しめじ、コーン缶、グリーンアスパラガス、にんにく、しょうが	お茶 フルーツシリアル スティック胡瓜
13金	ゆでさつま芋	ご飯 すまし汁(里芋・わかめ) 魚みそ照り焼き(サバ) 高野豆腐と野菜の含め煮 フルーツ	胚芽米、強力粉、じゃがいも、さといも、きび砂糖、油、小麦粉、オリーブ油	牛乳、さば、鶏がらスープ、ヨーグルト(無糖)、ちくわ(乳・卵なし)、豆みそ、凍り豆腐、ベーコン(乳含む)	オレンジ、ネーブル、にんじん、たまねぎ、板こんにゃく、にんじん、ごぼう、いんげん、セロリー、わかめ(乾)、パセリ	お茶 手作りパン 野菜のミルクスープ
14土	こんぶ	とん汁うどん ブロッコリーのごま和え フルーツ	ゆでうどん、胚芽米、さといも、ごま、オリーブ油、きび砂糖	豚肉、みそ、鶏もも肉、煮干し	いちご、にんじん、だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、ごぼう、マッシュルーム、ねぎ、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ	お茶 チキンライス 煮干し

幼児の給食と軽食の平均値です。(エネルギー564kcal・たんぱく質21.6g・脂質16.0g)





# 献立表



2018年04月

日付	朝おやつ	献立名	材料名			おやつ
			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	
16月	煮干し	ご飯 みそ汁(じゃが芋・玉葱) 鮭の塩焼き いり鶏煮 りんご	胚芽米、食パン、じゃがいも、油、きび砂糖	牛乳、さげ、鶏もも肉、とろけるチーズ、みそ	りんご、だいこん、にんじん、たまねぎ、れんこん、たけのこ、ごぼう、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ	牛乳 チーズトースト 大根スティック
17火	ゆでかぼ	マーボー丼 中華風スープ はくさいとじゃこのサラダ フルーツ	胚芽米、ごま油、きび砂糖、片栗粉、油、ごま、	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、煮干し、しらす干し	いちご、はくさい、もやし、チンゲンサイ、ねぎ、にんじん、にら、干しいたけ、にんにく、しょうが	お茶 五平餅 煮干し
18水	人参スティック	ご飯 みそ汁(大根・わかめ) 鶏のつくね照り焼き 小松菜のごま和え フルーツ	胚芽米、マカロニ、きび砂糖、片栗粉、ごま、油	牛乳、鶏ひき肉、きな粉、卵、みそ	いよかん、ごまつな、たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、わかめ(乾)	牛乳 マカロニきな粉 ごぼうスティック
19木	かぶの煮物	ご飯 みそ汁(えのき・厚揚げ) 豚肉のしょうが焼き 野菜炒め フルーツ	胚芽米、小麦粉、ながいも、油、ごま油	牛乳、豚肉、生揚げ、みそ、卵、干しえび、かつお節	メロン、緑豆もやし、キャベツ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、にら、こんぶ、万能ねぎ、しょうが、あおのり	牛乳 お好み焼き こんぶ
20金	胡瓜スティック	ソフトフランスパン かぼちゃのクリームシチュー コールスローサラダ いちご	フランスパン、胚芽米、小麦粉、油、ごま、はちみつ、きび砂糖	牛乳、鶏もも肉、しらす干し、バター、かつお節	いちご、日本かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、きゅうり、にら、プロッコリー、コーン缶、マッシュルーム	お茶 じゃこチャーハン にんじんのマリネ
21土	こんぶ	メキシカンライス 野菜ころころスープ フルーツ	胚芽米、小麦粉、油	ウインナー(乳含む)、鶏もも肉、煮干し	いちご、たまねぎ、ピーマン、コーン缶、だいこん、かぶ、にんじん、なす、ねぎ、セロリー、干しいたけ	お茶 すいとん 煮干し
23月	煮干し	ご飯 みそ汁(小松菜・油揚げ) ローストチキン 洋風きんぴら フルーツ	胚芽米、オリーブ油	鶏もも肉、牛乳、豚肉、油揚げ、みそ、ベーコン(乳含む)	りんご、たまねぎ、れんこん、ごまつな、にんじん、ピーマン、こんぶ、にんにく、しょうが	牛乳 スパゲティー・ナポリタン こんぶ(乳児のみ)
24火	プロッコリーごま和え	ご飯 みそ汁(えのき・キャベツ) かじきの磯辺揚げ 切干大根とさつま揚げの煮物 フルーツ	胚芽米、さつまいも、小麦粉、きび砂糖、油、	牛乳、まかじき、豆乳、さつま揚げ、みそ	ぶどう、キャベツ、にんじん、ごまつな、えのきたけ、いちご、ジャム、切り干しだいこん、あおのり	牛乳 いちごマープル蒸しぱん ふかし芋
25水	粉ふき芋	ごはん みそ汁(じゃが芋・玉葱) 肉豆腐 かぼちゃのバター焼き フルーツ	胚芽米、じゃがいも、きび砂糖	豚肉、木綿豆腐、みそ、バター	かぼちゃ、りんご、しらたき、かぶ・葉、かぶ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、塩こんぶ	お茶 菜めし かぶの塩昆布あえ
26木	大根スティック	カレーライス 福神漬け ツナサラダ フルーツ	胚芽米、じゃがいも、コーンフレーク、油、小麦粉、きび砂糖、はちみつ	ヨーグルト(無糖)、豚肉、豆乳、ツナ油漬缶、みそ	いよかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、みかん缶、もも缶、福神漬、しめじ、コーン缶、グリーンアスパラガス、にんにく、しょうが	お茶 フルーツシリアル スティック胡瓜
27金 誕生会	ゆでさつま芋	麦ご飯 味噌仕立てのつみれ汁 和風ハンバーグ ポテトサラダ ゆでプロッコリー フルーツ	胚芽米、じゃがいも、きび砂糖、押麦、パン粉、マヨドレ、片栗粉、油、小麦粉	牛乳、豚ひき肉、生クリーム、つみれ、豆みそ、卵、牛乳、ハム(乳含む)、ゼラチン	りんご、いちご、たまねぎ、はくさい、プロッコリー、にんじん、きゅうり、ほうれん草、かいわれだいこん、レモン果汁	牛乳 いちごムース ほうれん草のパン
28土	こんぶ	とん汁うどん プロッコリーのごま和え フルーツ	ゆでうどん、胚芽米、さといも、ごま、オリーブ油、きび砂糖	豚肉、みそ、鶏もも肉、煮干し	いちご、にんじん、だいこん、たまねぎ、プロッコリー、ごぼう、マッシュルーム、ねぎ、グリーンピース(冷凍)、干しいたけ	お茶 チキンライス 煮干し

4月のフルーツは、いよかん・でこぼん・きよみオレンジ・いちご等になります。

