

# 2017年4月 献立表

# かんのん町保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			朝のおやつ(乳児)
				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	
1	土	ごはん 肉じゃが 春雨サラダ 味噌汁(わかめ・麩) くだもの	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、じゃがいも さとう、サラダ油 春雨、	豚小間肉、麩 白味噌、 牛乳	たまねぎ、にんじん しらたき、きゅうり スイートコーン、わかめ	牛乳
2	日						
3	月	ごはん 鶏の照り焼き ほうれん草のツナ和え 味噌汁(じゃが芋・たまねぎ) くだもの	焼きそば お茶	米、みりん、サラダ油 小麦粉、さとう じゃがいも、 焼きそば麺	鶏もも肉、ツナ缶 白味噌 豚挽肉 牛乳(乳児のみ)	ほうれん草、にんじん 玉ねぎ もやし、青海苔	牛乳
4	火	ごはん マーボー豆腐 もやしの三杯酢 清汁(麩・ねぎ) くだもの	マーマレード蒸しパン 牛乳	米、ごま油 さとう、 小麦粉 サラダ油	豆腐、豚挽肉 麩、豆乳 牛乳	にんじん、しいたけ 白ねぎ、にら、もやし きゅうり、にんじん スイートコーン	牛乳
5	水	肉うどん ミートローフ 大豆サラダ くだもの	かやくごはん お茶	うどん、マヨネーズ 米、サラダ油 パン粉	豚小間肉、大豆水煮 ツナ缶、油揚げ 豚挽肉 牛乳(乳児のみ)	にんじん、ほうれんそう しめじ、長ねぎ、きゅうり キャベツ、スイートコーン たまねぎ	牛乳
6	木	ごはん かれの煮付け 春雨の中華風炒め 味噌汁(大根・油揚げ) くだもの	ミートソーススパゲティ お茶	米、さとう、春雨 サラダ油、ごま油 スパゲティ	かれの、油揚げ 白味噌、豚挽き肉 牛乳(乳児のみ)	玉ねぎ、にんじん、しめじ 大根	牛乳
7	金	チキンカレー フレンチサラダ くだもの	ゼリー、クラッカー 牛乳	米、じゃがいも 薄力粉 サラダ油、さとう バター	鶏小間肉、 牛乳	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、きゅうり みかん缶	牛乳
8	土	ごはん 豆腐チャンプルー さつま芋の甘煮 味噌汁(麩・玉ねぎ) くだもの	ホットケーキ 牛乳	米、ごま油 さつま芋、さとう ホットケーキミックス	豆腐、豚小間肉 麩、豆乳 牛乳	にんじん、もやし にら、玉ねぎ	牛乳
9	日						
10	月	豚すき焼きどんぶり 切り干し大根サラダ 味噌汁(キャベツ・コーン) くだもの	黒糖のケーキ 牛乳	米、さとう、みりん ごま、ごま油 小麦粉、サラダ油 黒砂糖	豚小間肉、焼き豆腐 ツナ缶、豆乳 牛乳	玉ねぎ、しらたき にんじん、きゅうり、わかめ きゃべつ、スイートコーン	牛乳
11	火	ロールパン 鶏肉のチーズ焼き ほうれん草のソテー じゃが芋のスープ くだもの	ごまじゃこごはん お茶	ロールパン じゃがいも、サラダ油 米、ごま油、ごま	鶏もも肉 ちりめん 牛乳(乳児のみ) ピザ用チーズ	ほうれん草、にんじん しめじ、たまねぎ	牛乳
12	水	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き きんぴらごぼう 清汁(ねぎ・豆腐) くだもの	シュガートースト 牛乳	米、さとう、サラダ油 食パン マーガリン みりん	鮭、白味噌、豆腐 牛乳	たまねぎ、きゃべつ、 もやし、しめじ にんじん、ごぼう、こんにゃく ピーマン、長ねぎ、	牛乳
13	木	ごはん 豚肉のカレー風味焼き ひじき煮豆 味噌汁(わかめ・えのき) くだもの	にゅうめん お茶	米、小麦粉、さとう そうめん、	豚小間肉、大豆水煮 油揚げ、白味噌 鶏挽肉 牛乳(乳児のみ)	たまねぎ、ピーマン、 にんじん、こんにゃく 大根、えのき、にら、長ねぎ	牛乳
14	金	豚汁うどん つくね焼き きゅうりとちくわのサラダ くだもの	チャーハン お茶	うどん、マヨネーズ 米、ごま、ごま油 パン粉 サラダ油	豚小間肉、木綿豆腐 ちくわ、豚挽き肉 しらす、鶏挽肉 牛乳(乳児のみ)	にんじん、大根、ごぼう こんにゃく、長ねぎ きゅうり たまねぎ	牛乳
15	土	ごはん 焼肉 じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干・小松菜) くだもの	蒸しパン 牛乳	米、サラダ油、ごま油 じゃがいも、 ホットケーキミックス	豚小間肉、 白味噌、豆乳 牛乳	ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、切り干し大根、 小松菜	牛乳
16	日						

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			朝のおやつ(乳児)
				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	
17	月	ごはん かじきの照り焼き 筑前煮 味噌汁(ほうれん草・麩) くだもの	黄な粉揚げパン 牛乳	米、みりん、さとう サラダ油 ロールパン	かじき、ちくわ、 麩、白味噌、 黄な粉 牛乳	にんじん、大根 こんにゃく、しめじ、 ほうれん草	牛乳
18	火	ドライカレー マカロニサラダ くだもの	たぬきうどん お茶	米、小麦粉 マカロニ、マヨネーズ うどん	豚挽肉、 揚げ玉 牛乳(乳児のみ)	たまねぎ、にんじん ピーマン、赤ピーマン なす、トマト、きゅうり スイートコーン、キャベツ 白ねぎ	牛乳
19	水	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) くだもの	ツナと昆布のおにぎり お茶	米	鶏もも肉、絹豆腐 白味噌、ツナ缶 牛乳(乳児のみ)	ひじき、にんじん、きゅうり スイートコーン、なめこ 昆布	牛乳
20	木	ごはん チンジャオロース じゃこサラダ 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) くだもの	マドレーヌ 牛乳	米、サラダ油 小麦粉、さとう	豚もも肉、ちりめん 白味噌、豆乳 牛乳	ピーマン、にんじん たけのこ、キャベツ、 小松菜、わかめ、玉ねぎ	牛乳
21	金	ごましおごはん 鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ けんちん汁 くだもの	ケーキ お茶	米、ごま、サラダ油 スパゲティ、 小麦粉、純ココア さとう	鶏もも肉、木綿豆腐 豆乳、豆乳ホイップ 牛乳(乳児のみ)	にんじん、きゅうり、 スイートコーン、 だいこん、ごぼう	牛乳
22	土	ごはん 生揚げの中華風煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ) くだもの	フライドポテト 牛乳	米、サラダ油 さとう、じゃがいも	厚揚げ、豚小間肉 白味噌、 牛乳	にんじん、玉ねぎ、 ほうれん草、スイートコーン わかめ、たまねぎ、	牛乳
23	日						
24	月	ロールパン 鶏じゃがグラタン ナムル コンソメスープ(白菜、にんじん) くだもの	まぜごはん お茶	ロールパン じゃがいも、マヨネーズ 米、サラダ油	鶏もも肉、ツナ缶 牛乳(乳児のみ)	たまねぎ、ほうれん草 もやし、きゅうり 白菜、にんじん	牛乳
25	火	ごはん 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 清汁(わかめ・えのき) くだもの	じゃこトースト 牛乳	米、さとう、みりん ごま、ごま油 食パン マヨネーズ	豚小間肉、味噌 ちりめん 牛乳、ピザ用チーズ	キャベツ、にんじん もやし、ブロッコリー えのき、わかめ	牛乳
26	水	ごはん 魚の変わり焼 五色和え 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) くだもの	マカロニ黄な粉 牛乳	米、じゃがいも パン粉 マカロニ、さとう マヨネーズ	かれの、白味噌 黄な粉 牛乳	小松菜、もやし にんじん、しめじ スイートコーン 玉ねぎ	牛乳
27	木	ごはん レバーのカレー揚げ 切り干し大根のツナ和え 味噌汁(ほうれん草・豆腐) くだもの	ジャージャー麺 お茶	米、サラダ油 片栗粉、マヨネーズ 焼きそば麺	豚レバー、ツナ缶 麩、白味噌 豚挽肉、 牛乳(乳児のみ)	切り干し大根、にんじん きゅうり、ほうれん草 たまねぎ、長ねぎ	牛乳
28	金	ごはん ミートソーススパゲティ コーンサラダ 豆乳スープ(じゃが芋・玉ねぎ) くだもの	鶏おこわ お茶	スパゲティ、じゃがいも 米、もち米	豚挽肉、豆乳 牛乳(乳児のみ)	たまねぎ、にんじん、 トマト缶、キャベツ スイートコーン缶、きゅうり しめじ、ごぼう	牛乳
29	土	昭和の日					
30	日						

☆21日(金)お誕生日会です。

