



# 4月 保育園給食献立表



平成25年度

日 曜	幼児	3未加算食	主 要 材 料 ( ) 内は乳児のみ			3時のおやつ
			血や肉や骨になるもの	熱や力を出すもの	身体の調子をよくするもの	
1月	鶏肉の香味焼き ひじきの炒り煮 麩とワカメのすまし汁	ごはん	鶏肉 みそ 卵枝 ちくわ 油揚げ 豆腐	砂糖 しょう油 麩 小麦粉 ベーキングパウダー	新玉ねぎ 生姜 ニンニク ひじき 人参 いんげん ワカメ 小松菜	牛乳 豆腐入りドーナツ
2火	サワラのバーベキュー風 アスパラガスとベーコンのソテー 野菜スープ	ごはん	鯖 ベーコン	油 小麦粉 片栗粉 砂糖 しょう油 コンソメ	アスパラガス とうもろこし 人参 春キャベツ 新玉ねぎ もやし しめじ チンゲン菜 パナナ	牛乳 パナナ かし
3水	肉じゃが 菜の花のお浸し ししやものみりん干し	ごはん	豚肉 かつお節 ししやものみりん 干し チーズ	油 砂糖 しょう油 新じゃが芋 小麦粉 ベーキングパウダー	新玉ねぎ 人参 白糸こんにやく アラスカ 菜の花 ほうれん草 枝豆	牛乳 枝豆チーズ蒸しパン
4木	タイのおろし煮チンゲン菜添え 春キャベツとワカメの酢の物 納豆	ごはん 果物	鯖 納豆	砂糖 しょう油 ゴマ油 酢 ゴマ	大根 チンゲン菜 春キャベツ 人参 きゅうり ワカメ	牛乳 かし
5金	<b>入園・進級式</b>		魚肉ソーセージ	スネーキパン りんごジュース プチゼリー	バナナ	
6土	きつねうどん ブロッコリーのゴマ和え 果物		油揚げ	うどん 砂糖 しょう油 ゴマ	人参 ワカメ ねぎ ブロッコリー	牛乳 かし
8月	鶏肉の唐揚げ ばんさんすう トマト わかめスープ	ごはん	鶏肉 ロースハム 卵	油 小麦粉 片栗粉 しょう油 デンプン 春雨 砂糖 酢 ゴマ 植物油 コンソメ ベーキングパウダー	ニンニク 生姜 きゅうり 人参 もやし キクラゲ トマト 新玉ねぎ ワカメ パナナ	牛乳 パナナケーキ
9火	サケの幽庵焼き アスパラガスのゴマ和え 豆乳汁	ごはん 粉ふき芋	鮭 豆腐 油揚げ 豆乳 みそ	しょう油 みりん 砂糖 ゴマ	ゆず アスパラガス 大根 人参 しめじ エノキ ねぎ	牛乳 かし
10水	ドライカレーゆで卵添え フレンチサラダ 福神漬	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ 卵 ロースハム	油 コンソメ カレールー 砂糖 酢 福神漬 黄桃缶 チェリー缶	ニンニク 生姜 新玉ねぎ 人参 しいたけ ナストマト缶 ビュレ ケチャップ 春キャベツ きゅうり 寒天 キウイ	牛乳 フルーツゼリー
11木	サワラの照り焼き 干草和え 春キャベツの麦みそ汁	ごはん 味付けのり	鯖 油揚げ 麦みそ	しょう油 みりん 砂糖 ゴマ	小松菜 切干大根 白糸こんにやく 人参 しめじ 春キャベツ ねぎ	牛乳 かし
12金	レンコン入りハンバーグ 人参グラッセ ポイルブロッコリー じゃが芋とベーコンのみそ汁	ごはん	豚ミンチ 鶏ミンチ ベーコン みそ 牛乳 チーズ	パン粉 砂糖 コンソメ 新じゃが芋 油 小麦粉 ベーキングパウダー	生姜 れんこん ひじき プロコリー 新玉ねぎ しめじ ねぎ トマト缶 ケチャップ パセリ	牛乳 ピザまん
13土	オープンサンド ポトフ 果物		ウインナー ベーコン	ロールパン コンソメ 新じゃが芋 油	ケチャップ 春キャベツ 人参 新玉ねぎ パセリ	牛乳 かし
15月	豚肉の生姜焼き マカロニサラダ あさりのみそ汁	ごはん	豚肉 ロースハム あさり みそ	砂糖 しょう油 マカロニ 新じゃが芋 マヨネーズ	生姜 きゅうり 春キャベツ 人参 みつ葉 オレンジ	牛乳 オレンジ かし
16火	春野菜の中華スープ 鶏レバーの照り煮 スナックえんどうの塩ゆで	ごはん	豚肉 イカ エビ 鶏レバー	ゴマ油 デンプン春雨 コンソメ しょう油 片栗粉 砂糖 みりん	春キャベツ 新玉ねぎ 人参 もやし たけのこ きくらげ しいたけ ニラ チンゲン菜 生姜 スナックえんどう	牛乳 かし
17水	親子煮 ポイルブロッコリー 焼きししやも	ゆかりごはん	鶏肉 高野豆腐 卵枝ちくわ 卵 ししやも きな粉	油 砂糖 しょう油 じゃが芋 白玉粉 小麦粉 黒糖	玉ねぎ 人参 干しいたけ アラスカ ブロッコリー	牛乳 若草団子
18木	サバのゴマみそ煮(3未:サワラ) れんこんのきんぴら 和風スープ	じゃこごはん	鯖(3未:鯖) みそ 卵枝ちくわ	ゴマ 砂糖 しょう油 ゴマ油 じゃが芋	れんこん 人参 白糸こんにやく 新玉ねぎ しいたけ タケノコ ワカメ	牛乳 かし
19金	ハヤシシチュー コールスローサラダ 福神漬 パナナ	ごはん	豚肉 ロースハム 豚ミンチ 粉かつお	油 デミグラスソース コンソメ 砂糖 酢 マヨネーズ 福神漬 小麦粉 山芋 お好みソース	新玉ねぎ しめじ エリンギ トマト缶 ビュレ ケチャップ 春キャベツ 人参 きゅうり パナナ 青のり	牛乳 お好み焼き
20土	スパゲティーナポリタン 果物		ベーコン 鶏肉	パスタ 油 コンソメ	新玉ねぎ 人参 ビーマン エリンギ ケチャップ	牛乳 かし
22月	豚肉の中華風天ぷら 春雨サラダ 豆腐のみそ汁	菜めし	豚肉 ロースハム 豆腐 みそ	油 小麦粉 片栗粉 ベーキングパウダー ゴマ しょう油 デンプン春雨 砂糖 酢 ゴマ油	人参 ひじき きゅうり もやし 新玉ねぎ しめじ エノキ ねぎ そら豆	牛乳 そら豆 かし
23火	タイの塩焼き うの花の炒り煮 ポイルアスパラガス オレンジ	ごはん	鯛 おから 卵枝 ちくわ 油揚げ 豆乳	油 砂糖 しょう油 片栗粉	人参 ごぼう 角こんにやく ねぎ アスパラガス オレンジ	牛乳 豆乳餅
24水	<b>お弁当デー</b>		卵	マーガリン 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー		牛乳 型抜きクッキー
25木	<b>お誕生日会</b> ☆☆☆ カレーピラフ ローストチキン スナックえんどうの塩ゆで トマトスープ フルーツヨーグルト		豚ミンチ 鶏肉 ヨーグルト	米 カレー粉 コンソメ 砂糖 しょう油 マイン缶 黄桃缶 みかん缶	新玉ねぎ 人参 アラスカ パプリカ 生姜 ニンニク スナックえんどう トマト 春キャベツ しめじ とうもろこし パセリ	牛乳 かし
26金	新じゃがのそぼろ煮 ハムエッグ しらすとしそ昆布のふりかけ	ごはん 果物	豚ミンチ ロースハム 卵 しらす干し かつお節 粉チーズ スキムミルク ベーコン	新じゃが芋 油 砂糖 しょう油 片栗粉 コンソメ 酢 ゴマ マーガリン 小麦粉 ベーキングパウダー	人参 新玉ねぎ 干しいたけ アラスカ 春キャベツ しそ昆布 パセリ	牛乳 プリッツ
27土	豚丼 果物		豚肉	米 油 コンソメ しょう油 ゴマ ゴマ油	玉ねぎ キャベツ 人参 大葉	牛乳 かし
30火	カレイの煮付け 切干大根の酢の物 納豆の五目和え	ごはん	鯛 しらす干し チーズ 粉チーズ	砂糖 しょう油 酢 ゴマ ゴマ油 新じゃが芋 小麦粉 片栗粉 オリーブオイル	切干大根 人参 セロリ きゅうり とうもろこし ひじき	牛乳 じゃが芋餅