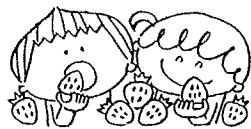




# 4月献立表



令和5年4月3日

## ★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名
1	土	牛乳 ハッピー ターン	ゆかりごはん 肉野菜炒め 中華スープ いよかん	米、ゆかり 豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、味噌、みりん、ごま油 長ねぎ、エリンギ、豆腐、にら、醤油、中華味、ごま油 いよかん	お茶 せんべい	うるち米、醤油、砂糖
2	日					
3	月	牛乳 ごま スティック	ハヤシライス ツナサラダ 焼きかぼちゃ せとが	米、牛肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ハヤシルウ キャベツ、きゅうり、人参、菜の花、コーン、ツナ、マヨドレ かぼちゃ、ガーリックパウダー、塩、マーガリン せとが	お茶 牛乳 ココア サンド	食パン、ココア、砂糖 マーガリン
4	火	牛乳 ビスケット	豚丼 パンサンスー 大根の味噌汁 りんご	米、豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、ごぼう、豆苗、醤油、砂糖、片栗粉、鰹節 春雨、人参、チンゲン菜、もやし、かにかま、ごま、酢、醤油、砂糖、ごま油 大根、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し りんご	お茶 牛乳 バナナ ヨーグルト	ヨーグルト、バナナ コーンフレーク
5	水	牛乳 チーズ	ごはん さけの西京焼き ほうれん草のなめたけ和え 麩のすまし汁 サンフルーツ	米 さけ、味噌、マヨドレ、みりん ほうれん草、人参、ささみ、なめたけ、醤油、鰹節 花麩、玉ねぎ、そうめん、細ねぎ、醤油、みりん、塩、鰹節 サンフルーツ	お茶 牛乳 じゃが丸 くん	じゃが芋、コーン チーズ、パセリ、塩
6	木	牛乳 薄焼き せんべい	食パン チキンナゲット ★ごぼうサラダ 人参ポタージュ バナナ	食パン 鶏ミンチ、玉ねぎ、パプリカ、豆腐、パン粉、コンソメ、ケチャップ、油 ごぼう、きゅうり、人参、コーン、ごま、醤油、酢、砂糖、ごま油 人参、玉ねぎ、パセリ、牛乳、シチュールウ バナナ	お茶 牛乳 さけ おにぎり	米、鮭フレーク、ごま
7	金	牛乳 バナナ	ミートソーススパゲティ スティック野菜 さつま芋のレモン煮 キウイフルーツ	スパゲティ、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ケチャップ、コンソメ、砂糖、油、片栗粉 きゅうり、人参、大根、マヨドレ、ケチャップ さつま芋、レモン、砂糖 キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★チーズの 包み揚げ	餃子の皮、チーズ、油
8	土	牛乳 クラッカー	チャーハン 厚揚げのスープ オレンジ	米、焼き豚、玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、中華味、ごま油 玉ねぎ、えのき、厚揚げ、醤油、中華味 オレンジ	お茶 ラスク	小麦粉、砂糖、バター
9	日					
10	月	牛乳 干し芋	麦ごはん さばの塩麹焼き 納豆和え 長ねぎの味噌汁 りんご	米、押し麦 さば、塩麹 納豆、小松菜、キャベツ、人参、もやし、醤油、鰹節 長ねぎ、しめじ、鶏肉、豆腐、細ねぎ、味噌、鰹節 りんご	お茶 牛乳 くるくる ソーセージ	ホットケーキmix ウインナー、卵、ごま
11	火	牛乳 ビスケット	五目うどん ごまじゃが芋煮 ★きゅうりとささみ和え バナナ	うどん、豚肉、玉ねぎ、人参、椎茸、ごぼう、細ねぎ、醤油、みりん、塩、鰹節 じゃが芋、さつま揚げ、ごま、醤油、砂糖、みりん、鰹節 きゅうり、人参、ささみ、醤油、マヨドレ バナナ	お茶 牛乳 天かす おにぎり	米、天かす、ごま 醤油、みりん
12	水	牛乳 紫芋 チップス	ごはん 旨からチキン ゆかり和え なめこ汁 甘夏柑	米 鶏肉、にんにく、醤油、みりん、ケチャップ、砂糖、油、片栗粉、ごま 大根、人参、キャベツ、ゆかり、醤油 なめこ、玉ねぎ、ごぼう、細ねぎ、味噌、煮干し 甘夏柑	お茶 牛乳 ★お好み 焼き	お好み焼き粉、もやし 人参、にら、桜エビ ソース、青のり
13	木	牛乳 きな粉 ウエハース	バターロールパン マカロニグラタン トマトときゅうりの昆布和え コンソメスープ キウイフルーツ	バターロールパン マカロニ、鶏肉、玉ねぎ、人参、チーズ、牛乳、アスパラガス、シチュールウ トマト、きゅうり、塩昆布、ごま油 玉ねぎ、コーン、人参、じゃが芋、パセリ、醤油、コンソメ キウイフルーツ	お茶 牛乳 大学芋	水飴、ごま、油
14	金	牛乳 かぼちゃ ポーロ	マーボー豆腐丼 ひじきサラダ つるつるスープ オレンジ	米、豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、細ねぎ、赤味噌、片栗粉、中華味、ごま油 ひじき、人参、大根、きゅうり、焼豚、醤油、砂糖、マヨドレ 春雨、玉ねぎ、しめじ、わかめ、豆苗、醤油、中華味、鶏ガラ オレンジ	お茶 牛乳 チーズ ケーキ	ホットケーキmix、砂糖 クリームチーズ、レモン汁 マーマレード、牛乳

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	材料名	材料名
15	土	牛乳 せんべい	カレーライス 福神漬け和え サンフルーツ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、カレールウ きゅうり、人参、キャベツ、福神漬け、ごま、酢、醤油、砂糖 サンフルーツ	お茶 ブルーチェ	ブルーチェ、牛乳
16	日					
17	月	牛乳 チーズ	ごはん お魚ハンバーグ 3色酢の物 かきたま汁 りんご	米 いわし、玉ねぎ、人参、生姜、パン粉、塩、ソース、ケチャップ 小松菜、人参、大根、かにかま、酢、醤油、砂糖、ごま 卵、玉ねぎ、えのき、にら、醤油、中華味、鶏ガラ りんご	お茶 牛乳 みかん寒天	みかん寒天 オレンジジュース、砂糖
18	火	牛乳	わかめごはん コーンしゅうまい 花野菜のごま和え 白菜の味噌汁 オレンジ	米、ふりかけわかめ 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、コーン、しゅうまいの皮、醤油、みりん、生姜、ごま油、ポン酢 ブロッコリ、カリフラワー、マヨドレ、醤油、ごま 白菜、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、鰹節 オレンジ	お茶 牛乳 ★野菜 ブリッツ	小麦粉、人参、パセリ マーガリン、塩
19	水	大豆 スナック	ビビンバ丼 ★蓮根とさつま芋サラダ きのこスープ バナナ	米、豚肉、小松菜、人参、もやし、にんにく、味噌、みりん、ごま油 蓮根、さつま芋、スナップエンドウ、人参、チーズ、マヨドレ、醤油、砂糖 長ねぎ、しめじ、エリンギ、なめこ、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	お茶 牛乳 アップル トースト	食パン、りんご、砂糖 マーガリン、チーズ
20	木	牛乳 ビスコ	誕生会	お楽しみメニュー	♪	♪
21	金	牛乳	ロールパン じゃこオムレツ 元気サラダ 豆乳コーンスープ 干し芋	ロールパン 卵、ちりめんじゃこ、玉ねぎ、人参、ピーマン、牛乳、ケチャップ、チーズ、塩、油 キャベツ、きゅうり、人参、トマト、醤油、酢、砂糖、鰹節 鶏肉、コーン、玉ねぎ、チンゲン菜、豆乳、コンソメ キウイフルーツ	お茶 牛乳 ツナ おにぎり	米、ツナ、醤油、ごま みりん、青のり
22	土	牛乳 ハッピー ターン	焼きそば 豆腐スープ オレンジ	中華麺、豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、中華味、ソース、青のり、ごま油 豆腐、長ねぎ、コーン、えのき、醤油、中華味 オレンジ	お茶 ジャム サンド	食パン、苺ジャム
23	日					
24	月	牛乳 人参 チップス	たけのごはん ★焼きししゃも ナムル わかめの味噌汁 甘夏柑	米、たけのこ、人参、薄揚げ、ごぼう、醤油、みりん、砂糖、鰹節 ししゃも チンゲン菜、人参、きゅうり、もやし、醤油、ごま油、中華味 玉ねぎ、わかめ、麩、細ねぎ、味噌、煮干し 甘夏柑	お茶 牛乳 じゃが芋 ボール	じゃが芋、チーズ、塩 パン粉、パセリ、油
25	火	牛乳 薄焼き せんべい	ごはん 酢鶏 刻み昆布煮 レタススープ キウイフルーツ	米 鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ、じゃが芋、ケチャップ、酢、砂糖、片栗粉、油 刻み昆布、人参、薄揚げ、醤油、砂糖、鰹節 レタス、長ねぎ、えのき、醤油、中華味、ごま油、鶏ガラ キウイフルーツ	お茶 牛乳 ★ごまごま 豆腐パン	ホットケーキmix、豆腐 ごま、砂糖、チーズ 油、牛乳
26	水	牛乳 クラッカー	弁当の日		カルピス ポンチ	カルピス、バナナ 桃缶、寒天ババ(りんご)
27	木	牛乳 りんご	味噌ラーメン ちくわの磯辺揚げ キャベツの甘酢和え バナナ	中華麺、焼豚、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、細ねぎ、味噌、中華味、ごま油、鶏ガラ ちくわ、青のり、チーズ、天ぷら粉、油 キャベツ、人参、ブロッコリー、ハム、ごま、酢、醤油、砂糖 バナナ	お茶 牛乳 焼き おにぎり	米、鰹節、醤油、みりん
28	金	牛乳	人参ごはん 豚肉のオイスター炒め かぼちゃ煮 小松菜の味噌汁 オレンジ	米、五穀米、人参、醤油、みりん、鰹節 豚肉、玉ねぎ、ピーマン、春雨、人参、オイスターソース、ごま油 かぼちゃ、醤油、砂糖、みりん、鰹節 小松菜、長ねぎ、しめじ、厚揚げ、味噌、煮干し オレンジ	お茶 牛乳 豆乳餅	豆乳、片栗粉、きな粉 砂糖、塩
29	土		昭和の日			
30	日					

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。  
 ※牛乳 3歳未満児/午前・午後 3歳以上児/午前のみ

