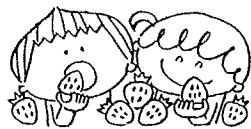




4月献立表



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 | |
| 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কা | 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কা | お茶 牛乳 ココア サンド | うるち米、醤油、砂糖 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、豆腐、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 じゃが芋 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、豆腐、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 | ビビンパ丼 ★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 | カルピス、バナナ 桃缶、寒天ババ(りんご) 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 | | | |
| 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 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

