



4月の献立



令和4年 松島こども園

日	こんだて	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の調子を整える	おやつ
1日(金)	ちきんかれー やさいさらだ わかめスープ くだもの ぎゅうにゅう	鶏肉 わかめ ツナ 卵 牛乳	米 押麦 じゃが芋 油 小麦粉 ケーキミックス 砂糖	人参 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ グリーンピース えのき きゅうり トマト 長ネギ 果物	さんぐわちぐわーし
2日(土)	ごはん まあぼどうふ こーんすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	豆腐 豚ミンチ みそ 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 焼きドーナツ	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ にら にんにく 生姜 コーン ほうれん草 果物	やきどーなつ
4日(月)	くるまいごはん さばのみそに だいごんのにも そうめんじる くだものかん ぎゅうにゅう	さば みそ 鶏肉 大豆 牛乳 生クリーム	米 黒米 砂糖 油 そうめん さつま芋 パター	生姜 大根 人参 椎茸 ねぎ いんげん 果物缶	すいーとぼてと
5日(火)	むぎごはん とりにくのてりやき にんじんしりしり あつあげのみそしる くだもの ぎゅうにゅう	鶏肉 卵 厚揚げ みそ 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨネーズ パン ジャム	人参 玉ねぎ ニラ にんにく 生姜 小松菜 果物	じゃむとーすと
6日(水)	げんまいごはん ひじきいとらふはんばーぐ はるさめのちゅうかいたため くりーむすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	豆腐 合挽きミンチ 卵 豚肉 ウインナー ひじき 牛乳	米 玄米 小麦粉 パン粉 油 春雨 ごま油 砂糖 ゼリー ばたばた焼き	玉ねぎ パプリカ ちんげん菜 たけのこ 人参 椎茸 生姜 白菜 白菜 パセリ コーン 果物 果物	ふる一つぜりー ばたばたやき
7日(木)	あわごはん さわらのうめに ぎゅうにゅう ばばいやいりちー かぶのみそしる くだもの	さわら ツナ 油揚げ みそ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 バター さつまいも	パパイア 人参 ニラ かぶ 大根の葉 果物	さつまいもの しおばたーいたため
8日(金)	はやしらいす すばげていーさらだ きゃべつすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	牛肉 卵 ツナ 豚肉 豆腐 牛 乳	米 押麦 小麦粉 サラスパ 砂糖 マヨネーズ パター ケーキミックス チョコ 油	人参 玉ねぎ マッシュルーム セロリ グリーンピース きゅうり パプリカ えのき キャベツ にんにく 果物	とうふすこーん
9日(土)	ごはん にくやさいたため かぼちゃのみそしる くだもの ぎゅうにゅう	豚肉 のり ツナ 油揚げ みそ 牛乳	米 油 砂糖 レモンケーキ	人参 玉ねぎ ピーマン 南瓜 大根の葉 生姜 果物	れもんけーき
11日(月)	あわごはん さかなのまよねーずやき ふちゃんぶるー あおなのみそしる くだもの ぎゅうにゅう	白身魚 卵 豚肉 みそ 牛乳 きな粉	米 もちきび マヨネーズ 車麩 油 芋くず 紅芋粉 砂糖	玉ねぎ パプリカ パセリ ニラ ピーマン キャベツ 人参 生姜 えのき チンゲン菜 コーン 果物	べにいもくずもち
12日(火)	たこらいす ふらいどぼてと びーふんすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	合挽きミンチ チーズ 豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 押麦 砂糖 カレー粉 油 じゃがいも ピーファン ごま ごま油	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト 椎茸 白ネギ 果物 果物	ふる一つよーぐると うえはーす
13日(水)	お弁当会				じゃがいものがれつと
14日(木)	たけのこごはん さけのてりやき ひじきのごまあえ とんじる くだもの ぎゅうにゅう	鶏肉 油揚げ 白身魚 ひじき ツナ 豚肉 豚レバー みそ 牛乳 卵	米 油 砂糖 ごま 小麦粉 黒糖	たけのこ ねぎ 生姜 切干大根 人参 いんげん ごぼう 大根 長ねぎ 果物	こくとうかすてら
15日(金)	やさいそば あおなのしらあえ やきいも くだもの ぎゅうにゅう	豚肉 豆腐 ツナ 油揚げ 牛乳	沖縄そば 砂糖 ごま さつま芋 油 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 からし菜 ねぎ ほうれん草 もやし 果物	いなりずし
16日(土)	やさいそぼろどん とうがのみそしる くだもの ぎゅうにゅう	豚ミンチ 納豆 しらす 厚揚げ みそ 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 ちよぼちよぼクッキー	キャベツ 小松菜 玉ねぎ 人参 コーン フロccoliー パプリカ 冬瓜 貝割大根 果物	ちよぼちよぼクッキー
18日(月)	むぎごはん さかなのごまみそつけやき あまずあえ ぼてとのそぼろに あーさじる くだもの ぎゅうにゅう	白身魚 みそ 鶏ミンチ 豆腐 あおさ チーズ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま じゃが芋 小麦粉 パター 油	大根 きゅうり パプリカ 生姜 人参 いんげん 果物	ちーずさぶれ
19日(火)	さんしよくだん ひじきさらだ いなむるちじる くだもの ぎゅうにゅう	鶏ミンチ 卵 ひじき ツナ 豚肉 みそ カステラかまぼこ 枝豆 牛乳	米 砂糖 油 マヨネーズ ごま油 こんにやく つぶあん 小麦粉 バター	玉ねぎ 小松菜 生姜 パプリカ ごぼう 椎茸 大根 ねぎ 果物	おぐらけーき
20日(水)	しそごはん ささみのびかた あおなのおかかあえ かみかみごぼう さといものみそしる くだもの ぎゅうにゅう	ささみ 卵 糸かつお わかめ みそ 豆乳 ハム チーズ 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 片栗粉 砂糖 ごま 里芋 ケーキミックス マヨネーズ	にんにく 小松菜 人参 ごぼう しめじ 玉ねぎ 果物	おにおんぶれつど
21日(木)	あわごはん さかなのぼんこやき ぶろっこりーさらだ じゃがいものみそしる くだもの ぎゅうにゅう	白身魚 粉チーズ ちくわ わか め みそ 卵 きな粉 牛乳	米 もちきび パン粉 油 ごま油 ごま じゃが芋 ケーキミックス 砂糖 パター	きゅうり パセリ にんにく レタス フロccoliー 人参 長ねぎ 果物	きなこクッキー
22日(金)	☆おたんじょうびかい☆ おむらいす れんこんさらだ こんそめすーぶ でぎーと ぎゅうにゅう	鶏肉 卵 ツナ ウインナー ヨーグルト 牛乳	米 パター マヨネーズ 砂糖 マカロニ ごま ジャム ケーキ	玉ねぎ 人参 ピーマン いんげん れんこん パプリカ キャベツ コーン パセリ	せんべい
23日(土)	やきにくちゃーはん ちーず わふうはるさめスープ くだもの ぎゅうにゅう	豚肉 豆腐 チーズ 牛乳	米 油 ごま油 砂糖 春雨 ごま クリームパン	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 生姜 ほうれん草 えのき 果物	くりーむぱん
25日(月)	あわごはん なつとうみそ にくじゃが かきたまじる くだもの ぎゅうにゅう	納豆 みそ ツナ 豚肉 卵 豆腐 きな粉 牛乳	米 もちきび 油 ごま 砂糖 糸こんにやく じゃが芋 片栗粉 ケーキミックス	ねぎ 玉ねぎ 人参 しめじ えのき グリーンピース 大根の葉 果物	ごまいり もちもちどーなつ
26日(火)	げんまいごはん はんばーぐ はるさめのごまあえ やさいすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	合挽きミンチ 卵 のり ちくわ ささみ 牛乳	米 パター ごま 小麦粉 春雨 パン粉 砂糖 ゼリー 星たべよう	人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ きゅうり 白菜 セロリ パセリ 果物	こいのぼりぜりー ほしたべよう
27日(水)	なめしごはん ぶたにくのしょうがやき ぎゅうにゅう かぼちゃさらだ なすのみそしる くだもの	豚肉 チーズ 油揚げ みそ 牛乳 卵 豆乳	米 油 片栗粉 マヨネーズ パン 砂糖 パター	玉ねぎ キャベツ 南瓜 きゅうり なす 人参 ねぎ 生姜 果物	ふれんちとーすと
28日(木)	むぎごはん とりにくのうめまよやき ぶろっこりー ぼてとのかれーいため もずくのすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	鶏肉 ツナ もずく 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨネーズ じゃが芋 カレー粉 ちんびんミックス	フロccoliー キャベツ 人参 ねぎ 大葉 パセリ えのき 果物	ちんびん
29日(金)	昭和の日(公休日)				
30日(土)	じゃーじゃーめん ゆしどうふのすーぶ くだもの ぎゅうにゅう	豚ミンチ みそ わかめ ツナ ゆし豆腐 牛乳 のり	中華麺 ごま油 砂糖 油 片栗粉 米	たけのこ 椎茸 長ねぎ きゅうり 生姜 コーン パセリ 果物	ふりかけおにぎり

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

アレルギー等、対応は医師の診断書に基づき実施しております。

