

4 月予定幼児食献立表

令和3年

みやび認定こども園 作成者:上原典恵

日	曜日	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	木	ひき肉のカレーライス コールスローサラダ わかめスープ 果物	㊟かるかん 牛乳	ひき肉 わかめ 牛乳	白米 ジャが芋 砂糖 かるかん コーンゴマ油	人参 玉ねぎ トマト 果物 キャベツ キュウリ 長ネギ
2	金	麦ごはん 魚の西京焼き ヤングコーンのソテー 小松菜のスープ 果物	ゴマケーキ 牛乳	ウインナー 卵 赤魚 牛乳	白米 押し麦 ヤングコーン 小麦粉 バター 黒ゴマ	小松菜 ブロッコリー シイタケ インゲン 人参 赤ピーマン 果物
3	土	鶏丼 中華スープ 果物	麦ふあ〜 ミニゼリー 牛乳	鶏肉 牛乳	白米 油 ミニゼリー 砂糖	人参 玉ねぎ ビーマン きゅうり エキ ネギ 果物
5	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 果物 白菜とキュウリの土佐和え ジャが芋のみそ汁	ジャムサンド 牛乳	豚肉 ちくわ 牛乳 削り節	白米 ジャが芋 食パン ジャム	玉ねぎ ビーマン 人参 キュウリ 白菜 しめじ 果物
6	火	きつねうどん ちくわの磯部揚げ 大根サラダ 果物	いりこ菜おにぎり お茶	豚肉 なんと 油揚げ ちくわ	うどん 白米	ほうれん草 人参 長ネギ 大根 キュウリ 果物
7	水	ごはん 豚肉とパプリカみそ炒め 果物 ブロッコリーチーズ焼き えのきのすまし汁	マシュマロおこし 牛乳	豚ロース肉 バター チーズ 牛乳	白米 マネース ゴマ マシュマロ オートミール	玉ねぎ 人参 パプリカ エキ ネギ ブロッコリー ほうれん草 果物
8	木	あわごはん 魚の味噌煮 果物 ひじき炒め ほうれん草すまし汁	小倉あん入りケーキ 牛乳	赤魚 ちき揚げ ひじき 油揚げ 牛乳	白米 あわ しらたき ホットケーキミックス 小倉あん	ほうれん草 エキ 人参 こら 果物
9	金	ごはん 鮭の塩焼き 筑前煮 アーサのみそ汁 果物	チーズサブレ 牛乳	鶏肉 卵 鮭 チーズ アーサ 絹ごし豆腐 牛乳	白米 あわ 砂糖 コシヤク バター ホットケーキミックス	大根 人参 コホウ シイタケ インゲン ネギ 果物
10	土	 春の親子遠足 				
12	月	ごはん 鶏肉とセロリのソテー ポテトサラダ 野菜スープ 果物	メープルケーキ 牛乳	鶏肉 枝豆 卵 牛乳 バター	白米 ジャが芋 メープル ホットケーキミックス 小麦粉 コーン	玉ねぎ セロリ 人参 果物 キュウリ 大根 エキ 小松菜
13	火	あわごはん 鯖のカレームニエル チョップドサラダ アーサのみそ汁 果物	ボンデケーキ 牛乳	鯖 枝豆 絹ごし豆腐 アーサ チーズ 牛乳	白米 あわ バター 小麦粉 ジャが芋 片栗粉	胡瓜 ネギ 果物 赤ピーマン 黄ピーマン
14	水	 お 弁 当 会 				
15	木	ごはん 肉じゃが ゴまみそ和え 大根のすまし汁 果物	オートミールクッキー 牛乳	豚ロース カカマホコ 卵 牛乳 わかめ バター	白米 ジャが芋 オートミール しらたき ゴマ 小麦粉	玉ねぎ 胡瓜 小松菜 こら 人参 大根 果物
16	金	炊き込みチャーハン ブロッコリーソテー 肉団子スープ 果物	ココアケーキ 牛乳	ウインナー 肉団子 鶏肉 卵 牛乳	白米 コーン 砂糖 バター ホットケーキミックス	玉ねぎ ブロッコリー ビーマン レーズン しめじ 人参 小松菜 果物
17	土	肉野菜丼 ほうれん草のみそ汁 果物	コーンフレーク 牛乳	豚肉 牛乳	白米 コーンフレーク あわ 油	人参 玉ねぎ ビーマン ほうれん草 えのき 果物
19	月	【食育献立】あわごはん 魚の生姜煮 切干大根イリチー 厚揚げのみそ汁 果物	アガラサー 牛乳	赤魚 豚肉 枝豆 牛乳 木綿豆腐 わかめ	白米 あわ 強力粉 黒糖	切干大根 ネギ 人参 果物 シイタケ こら
20	火	ミートスパゲティ イタリアンサラダ コンソメスープ 果物	ゆかりしらすおにぎり お茶	合挽肉 ベーコン しらす	スパゲティ 白米 コーン	玉ねぎ 人参 トマト キャベツ セロリ 小松菜 キュウリ 果物
21	水	麦ごはん 鮭のチーズ焼き 麩チャンプルー 小松菜のみそ汁 果物	パナナケーキ 牛乳	卵 鮭 魚肉ソーセージ チーズ 牛乳	白米 車麩 押し麦	人参 キャベツ 玉ねぎ こら エキ 小松菜 果物
22	木	納豆ごはん 照り焼きチキン マカロニサラダ わかめのみそ汁 果物	おやつパン 牛乳	鶏肉 わかめ 豆腐 納豆 牛乳	白米 バター マカロニ おやつパン コーン	キュウリ 長ネギ 果物 黄ピーマン
23	金	ごはん 豚肉のみそ漬け焼き タマナーチャンプルー 大根のすまし汁 果物	ロッククッキー 牛乳	豚ロース 卵 チキ揚げ ツナ 牛乳	白米 押し麦 バター 砂糖 小麦粉 レーズン コーンフレーク	人参 ネギ キャベツ ビーマン しめじ 大根 果物
24	土	野菜カレーライス 春雨スープ 果物	ビスコ チーズ 牛乳	豚肉 枝豆 春雨 チーズ 牛乳	白米 ジャが芋 春雨 ビスコ	人参 ほうれん草 果物 小松菜 玉ねぎ なら
26	月	ごはん 鯖の照り焼き 中華炒め ゆし豆腐 果物	くずもち 牛乳	鯖 豚肉 ゆし豆腐 きな粉 牛乳	白米 芋くず 黒糖 砂糖	ネギ 玉ねぎ 果物 チンゲン菜 人参 しめじ
27	火	肉野菜そば きゅうりのツナ和え 果物	ふりかけおにぎり お茶	豚肉 牛乳 わかめ ツナ	沖縄そば 白米 油	キャベツ 玉ねぎ 果物 人参 なら キュウリ
28	水	麦ごはん 鮭のムニエル スパサラダ マッシュルームスープ 果物	おやつパン 牛乳	鮭 卵 牛乳	白米 押し麦 サラスパ 砂糖 バター ホットケーキミックス 小麦粉	黄ピーマン キュウリ 果物 人参 マッシュルーム ほうれん草
30	金	【お誕生日給食】ふりかけごはん チキンのから揚げ ミートボール シーザーサラダ 根菜スープ 果物	パースデーケーキ 牛乳	鶏モモ肉 卵 ミートボール 牛乳	白米 小麦粉 チョコチップ 油 コーン 砂糖 バター クルトン	人参 キャベツ キュウリ 果物 黄ピーマン 大根 長ネギ

\* 4月29日は昭和の日でお休みです。

※食材の都合により献立を変更する事があります。

