



# 4月 献立表



令和2年

認定こども園あつみ幼稚園

日 曜	献立名		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
	昼食	午後おやつ			
1 水	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ パスタサラダ チーズ 麦茶	黄桃蒸しパン 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉 チーズ	米 片栗粉 油 スパゲティ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ 大根 万能ねぎ しょうが キャベツ 人参 パセリ 黄桃缶
2 木	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き トマトドレッシングサラダ りんご 麦茶	ひじきおにぎり 小魚 麦茶	味噌 鶏肉 油揚げ 煮干し	米 じゃが芋 ごま油	昆布 干しいたけ 玉ねぎ ほうれん草 にんにく しょうが 青のり キャベツ 大根 人参 りんご ひじき
3 金	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの味噌照り焼き いちご 麦茶	クッキー 牛乳	鶏肉 油揚げ でんぶ さわら 味噌 鶏卵 牛乳	米 砂糖 小切麩 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 人参 さやえんどう 焼きのり 昆布 大根 わかめ いちご
4 土	親子丼 味噌汁 キャベツのゆかり和え 麦茶	ぶどうゼリー マリービスケット 牛乳	鶏肉 鶏卵 味噌 厚揚げ 牛乳	米 砂糖 ビスケット	人参 玉ねぎ 焼きのり 昆布 干しいたけ 長ねぎ 小松菜 キャベツ きゅうり ゆかり ぶどうジュース アガー
6 月	ご飯 味噌汁 鶏肉のごま風味焼き 白菜のツナ和え オレンジ 麦茶	わかめおにぎり 小魚 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉 ツナ 煮干し	米 ごま 砂糖	昆布 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 白菜 人参 オレンジ わかめご飯の素
7 火	ミートソーススパゲティ コンソメスープ 大根とコーンのサラダ 麦茶	ホットケーキ 牛乳	豚ひき肉 鶏卵 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ ごま 薄力粉 無塩バター	玉ねぎ 人参 小松菜 大根 きゅうり コーン
8 水	肉豆腐丼 中華スープ ナムル パイナップル 麦茶	スイートポテト 牛乳	豚肉 焼き豆腐 牛乳 スキムミルク	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま さつま芋 無塩バター	白菜 えのき茸 チンゲン菜 長ねぎ 干しいたけ ほうれん草 もやし 人参 パイナップル
9 木	ご飯 ミルクスープ ミートローフ 粉ふき芋 麦茶	五平餅 麦茶	スキムミルク 牛乳 豚ひき肉 木綿豆腐 味噌	米 パン粉 片栗粉 じゃが芋 砂糖 ごま	人参 キャベツ コーン 玉ねぎ パセリ
10 金	ハヤシライス 人参ドレッシングサラダ オレンジ 麦茶	フルーツヨーグルト 星たべよせんべい 麦茶	豚肉 ヨーグルト	米 油 マカロニ 砂糖 せんべい	玉ねぎ 人参 しめじ ダイズトマト キャベツ きゅうり コーン オレンジ 黄桃缶 パイナップル
11 土	焼き肉丼 わかめスープ ひじきサラダ 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー 麦茶	豚肉	米 油 ごま ごま油 砂糖 クラッカー マシュマロ	玉ねぎ 人参 小松菜 わかめ ひじき キャベツ きゅうり
13 月	ご飯 ツナカレー 白菜サラダ りんご 麦茶	じゃがいも餅 小魚 麦茶	ツナ 煮干し	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 片栗粉 砂糖	玉ねぎ 人参 白菜 ほうれん草 コーン りんご 青のり
14 火	ご飯 味噌汁 チーズ入り玉子焼き 納豆和え 麦茶	蒸しパン 牛乳	味噌 厚揚げ 鶏卵 チーズ 納豆 牛乳	米 無塩バター 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ チンゲン菜 えのき茸 玉ねぎ パセリ 白菜 ほうれん草 人参
15 水	ご飯 中華スープ 八宝菜 ラーメン中華和え グレープフルーツ 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	干しえび 豚肉 きな粉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 中華麺 ごま マカロニ	玉ねぎ 干しいたけ コーン 白菜 人参 長ねぎ キャベツ きゅうり グレープフルーツ
16 木	ご飯 味噌汁 ハンバーグ じゃことキャベツの和え物 麦茶	寒天ミルクプリン ウエハース 麦茶	味噌 豚ひき肉 木綿豆腐 しらす 牛乳	米 小切麩 パン粉 片栗粉 ウエハース	昆布 干しいたけ 南瓜 小松菜 玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 人参
17 金	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 かれいのみりん焼き じゃが芋のおかか煮 麦茶	ソフトクッキー 牛乳	味噌 かれい かつお節 鶏卵 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 無塩バター 薄力粉	キャベツ 塩昆布 昆布 干しいたけ 白菜 ほうれん草 切干大根 しょうが 玉ねぎ 人参 グリーンピース
18 土	麻婆豆腐丼 春雨とコーンのスープ ごぼうサラダ 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 春雨 ごま ノンエッグマヨネーズ いちごジャム クラッカー	長ねぎ しょうが にんにく コーン 人参 ごぼう もやし ほうれん草
20 月	わかめご飯 味噌汁 ベーコン入り玉子焼き なめたけ和え 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	味噌 油揚げ 鶏卵 ベーコン 牛乳	米 さつま芋 砂糖 薄力粉	わかめご飯の素 昆布 干しいたけ 小松菜 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 なめ茸 レーズン
21 火	ツナとキャベツの和風スパゲティ コンソメスープ アスパラとささ身のサラダ 麦茶	ケチャップライス 牛乳	ツナ 鶏肉 牛乳	スパゲティ 油 ごま ノンエッグマヨネーズ 米 無塩バター	キャベツ 玉ねぎ 焼きのり 白菜 チンゲン菜 わかめ 大根 アスパラガス 人参 コーン ピーマン
22 水	雑穀ご飯 いろいろ野菜カレー 海苔サラダ バナナ 麦茶	カップヨーグルト 麦茶	豚肉 ヨーグルト	米 きび 黒米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ 南瓜 人参 しめじ 小松菜 もやし 焼きのり バナナ
23 木	ご飯 すまし汁 たらの味噌焼き 切干大根の煮物 チーズ 麦茶	かぼちゃの米粉マドレー ヌ 牛乳	たら 味噌 油揚げ チーズ 豆乳 牛乳	米 小切麩 砂糖 油 米粉パンミックス	昆布 干しいたけ 白菜 チンゲン菜 しょうが 切干大根 人参 ほうれん草 南瓜
24 金	ご飯 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 ほうれん草のごま和え バナナ 麦茶	いちごプリン ウエハース 麦茶	味噌 厚揚げ 豚ひき肉 牛乳	米 油 ごま 砂糖 いちごプリンの素 ウエハース	昆布 干しいたけ 南瓜 しめじ 長ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 バナナ
25 土	きつねうどん ひじきの煮物 りんご 麦茶	りんごジャムパン 牛乳	油揚げ 高野豆腐 牛乳	うどん 油 食パン	ほうれん草 人参 長ねぎ ひじき グリーンピース りんご りんごソース
27 月	麦ご飯 味噌汁 まぐろフライ 春雨の甘酢和え 麦茶	中華風カステラ 麦茶	味噌 まぐろフライ 鶏卵 牛乳	米 押し麦 油 片栗粉 春雨 砂糖 無塩バター 薄力粉	昆布 干しいたけ キャベツ 玉ねぎ 小松菜 チンゲン菜 人参
28 火	ご飯 味噌汁 タンドリーチキン 小松菜ソテー オレンジ 麦茶	蒸し大学芋 小魚 牛乳	味噌 厚揚げ 鶏肉 ヨーグルト 干しえび 煮干し 牛乳	米 油 さつま芋 砂糖 ごま	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ 小松菜 もやし しめじ オレンジ
30 木	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め ポテトサラダ 麦茶	ミルクくずもち 星たべよせんべい 麦茶	味噌 高野豆腐 豚肉 牛乳 きな粉	米 油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 片栗粉 砂糖 せんべい	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。