



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 バイナップル 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 バイナップル |
| 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 パイン缶 |
| 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。