

# 4月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日曜	献立名	食品名	おやつ
1 火	食パン	食パン	お茶
	タンドリーチキン	鶏もも肉・にんにく・カレー粉・ヨーグルト	大豆ごはん
	アスパラサラダ	アスパラガス・にんじん・ハム・洋ドレ	米・ゆで大豆・にんじん
	きのこスープ/いちご/牛乳	しめじ・えのき・しいたけ・たまねぎ	干しいたけ・油揚げ
2 水	ごはん	米	牛乳
	カレイの煮つけ	カレイ・しょうが	お祝い米粉マフィン
	切干大根サラダ	切干大根・にんじん・きゅうり・和ドレ	米粉・BP・無塩バター・いちご
	味噌汁/オレンジ	じゃがいも・たまねぎ・にんじん・長ねぎ	生クリーム・ココアパウダー
3 木	麻婆豆腐丼	米・木綿豆腐・豚挽肉・長ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが	お茶
	トマトの和え物	トマト・きゅうり	フルーツヨーグルト
	わかめスープ	わかめ・長ねぎ・もやし	ヨーグルト・バナナ
	バナナ		いちご・みかん缶
4 金	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳
	鶏肉の玉ねぎソースがけ	鶏もも肉・たまねぎ	ツナじゃがおやき
	小松菜ののり和え	こまつな・にんじん・きざみのり	じゃがいも・ツナ・葉ねぎ
	清汁/オレンジ	かぶ・かぶ葉・にんじん・油揚げ	マヨドレ
5 土	ピラフ	たまねぎ・にんじん・ウインナー	牛乳
	コーンサラダ	コーン・きゅうり・にんじん・洋ドレ	シュガートースト
	ポテトスープ	じゃがいも・たまねぎ・ベーコン・パセリ	食パン・マーガリン
	バナナ		
7 月	ごはん	米	お茶
	豆腐ハンバーグ	豚挽肉・木綿豆腐・たまねぎ	オレンジゼリー
	茹でブロッコリー/トマト	ブロッコリー・トマト	おせんべい
	味噌汁/いちご	かぼちゃ・たまねぎ・油揚げ	
8 火	けんちんうどん	ゆでうどん・鶏もも肉・さといも・しいたけ・だいこん・にんじん・長ねぎ	お茶
	ほうれん草のお浸し	ほうれんそう・にんじん・油揚げ	しらすとわかめのおにぎり
	バナナ		米・しらす・わかめ・白ごま
9 水	カレーライス	米・豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	牛乳
	ココロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ	塩バタークッキー
	りんご		米粉・無塩バター
10 木	たけのこご飯	米・ゆでたけのこ・にんじん・油揚げ	牛乳
	鯖の塩焼き	鯖	メープルおさつ
	春キャベツのサラダ	春キャベツ・にんじん・アスパラガス・和ドレ	さつまいも・メープルシロップ
	清汁/バナナ	わかめ・長ねぎ・しめじ	
11 金	ごはん	米	牛乳
	鶏肉のオイスター焼き	鶏もも肉	きな粉蒸しパン
	わかめサラダ	わかめ・きゅうり・もやし・中華ドレ	蒸しパンMIX・きな粉
	春雨スープ/オレンジ	はるさめ・しいたけ・にんじん・チンゲン菜	ココアパウダー・いちごパウダー
12 土	豚丼	米・豚肉・たまねぎ・にんじん	お茶
	ほうれん草とツナのサラダ	ほうれんそう・にんじん・ツナ・和ドレ	焼きチーズおにぎり
	味噌汁	だいこん・油揚げ・葉ねぎ	米・チーズ・白ごま
	バナナ		
14 月	グリーンピースごはん	米・グリーンピース	お茶
	鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ	ビーフン
	かぶの酢の物	かぶ・きゅうり	ビーフン・豚肉・もやし
	清汁/オレンジ	はんぺん・しいたけ・みつば	にんじん・ピーマン

※午前おやつは乳児のみの提供になります。

※材料等の都合により献立の変更することもありますので、ご了承下さい。

※メニューの内容をご確認いただき、また食べたことのない食品がありましたら、  
保育園で食べる前にご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。

★印は今月の世界料理です。





日曜	献立名	食品名	献立名	食品名	献立名	食品名
15	火 牛乳	食パン	食パン	お茶	大豆ごはん	米・ゆで大豆・にんじん
		タンドリーチキン	鶏もも肉・にんにく・カレー粉・ヨーグルト			
		アスパラサラダ	アスパラガス・にんじん・ハム・洋ドレ			
		きのこスープ/いちご/牛乳	しめじ・えのき・しいたけ・たまねぎ			
16	水 牛乳	ごはん	米	牛乳	米粉マフィン	米粉・BP・無塩バター
		カレイの煮つけ	カレイ・しょうが			
		切干大根サラダ	切干大根・にんじん・きゅうり・和ドレ			
		味噌汁/オレンジ	じゃがいも・たまねぎ・にんじん・長ねぎ			
17	木 牛乳	麻婆豆腐丼	米・木綿豆腐・豚挽肉・長ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが	お茶	フルーツヨーグルト	ヨーグルト・バナナ
		トマトの和え物	トマト・きゅうり			
		わかめスープ	わかめ・長ねぎ・もやし			
		バナナ				
18	金 牛乳	発芽玄米ご飯	米・玄米	牛乳	ツナじゃがおやき	じゃがいも・ツナ・葉ねぎ
		鶏肉の玉ねぎソースがけ	鶏もも肉・たまねぎ			
		小松菜ののり和え	こまつな・にんじん・きざみのり			
		清汁/オレンジ	かぶ・かぶ葉・にんじん・油揚げ			
19	土 牛乳	ピラフ	たまねぎ・にんじん・ウインナー	牛乳	プティブラン	
		コーンサラダ	コーン・きゅうり・にんじん・洋ドレ			
		ポテトスープ	じゃがいも・たまねぎ・ベーコン・パセリ			
		バナナ				
21	月 牛乳	ごはん	米	牛乳	オートミールバー	オートミール・バター
		豆腐ハンバーグ	豚挽肉・木綿豆腐・たまねぎ			
		茹でブロッコリー/トマト	ブロッコリー・トマト			
		味噌汁/いちご	かぼちゃ・たまねぎ・油揚げ			
22	火 牛乳	けんちんうどん	ゆでうどん・鶏もも肉・さといも・しいたけ・だいこん・にんじん・長ねぎ	お茶	しらすとわかめのおにぎり	米・しらす・わかめ・白ごま
		ほうれん草のお浸し	ほうれんそう・にんじん・油揚げ			
		バナナ				
23	水 牛乳	カレーライス	米・豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・ルウ	牛乳	塩バタークッキー	米粉・無塩バター
		ココロサラダ	きゅうり・だいこん・にんじん・洋ドレ			
		りんご				
24	木 牛乳	㊦-ランチ		牛乳	マーマレードケーキ	小麦粉・BP・マーマレードジャム
		ケチャップライス	米・ウインナー・たまねぎ・ピーマン			
		チキンナゲット	鶏挽肉・たまねぎ・木綿豆腐・にんにく・しょうが			
		ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・にんじん・洋ドレ			
		キャベツスープ/いちご	キャベツ・たまねぎ・にんじん			
25	金 牛乳	ごはん	米	牛乳	きな粉蒸しパン	蒸しパンMIX・きな粉
		鶏肉のオイスター焼き	鶏もも肉			
		わかめサラダ	わかめ・きゅうり・もやし・中華ドレ			
		春雨スープ/オレンジ	はるさめ・しいたけ・にんじん・チンゲン菜			
26	土 牛乳	豚丼	米・豚肉・たまねぎ・にんじん	お茶	焼きチーズおにぎり	米・チーズ・白ごま
		ほうれん草とツナのサラダ	ほうれんそう・にんじん・ツナ・和ドレ			
		味噌汁	だいこん・油揚げ・葉ねぎ			
		バナナ				
28	月 牛乳	グリーンピースごはん	米・グリーンピース	お茶	ビーフン	ビーフン・豚肉・もやし
		鮭のねぎ味噌焼き	鮭・長ねぎ			
		かぶの酢の物	かぶ・きゅうり			
		清汁/オレンジ	はんぺん・しいたけ・みつば			
30	水 牛乳	★ポロネーゼ	スパゲティー・たまねぎ・トマト・豚挽肉・にんにく・トマト缶・粉チーズ	お茶	こぎつねごはん	米・油揚げ・にんじん
		野菜マリネ	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ			
		オニオンスープ	たまねぎ・にんじん・ベーコン			
		バナナ				

●今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 495kcal 蛋白質 19.4g 脂質 16.0g  
 幼児 エネルギー 562kcal 蛋白質 22.2g 脂質 16.7g