

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	月	牛乳	ビビンバ丼	米・豚挽肉・もやし・ほうれん草・人参・ごま	牛乳
			ひじきサラダ	ひじき・胡瓜・人参・ツナ・和ドレ	いちごクリームサンド
			味噌汁 / 果物	豆腐・なめこ・長ねぎ	食パン・生クリーム いちご
2	火	牛乳	ごはん	米	牛乳
			スコップコロケ	じゃが芋・玉ねぎ・豚挽肉・牛乳・パン粉	ショートブレッド
			温野菜サラダ	ブロッコリー・人参・ベーコン・和ドレ	小麦粉・バター
			コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ・しめじ・パセリ	
3	水	牛乳	麦ごはん	米・麦	牛乳
			鯖の塩焼き	鯖	春野菜ピザ
			小松菜のお浸し	小松菜・もやし・人参・油揚げ	ピザクラスト・アスパラガス
			豚汁 / 果物	大根・人参・ごぼう・長ねぎ・こんにゃく・里芋・豚肉	玉ねぎ・ベーコン・コーン・チーズ
4	木	牛乳	五目うどん	うどん・鶏肉・人参・わかめ・長ねぎ・椎茸	お茶
			ほうれん草のごま和え	ほうれん草・人参・もやし・ごま	しらすおにぎり
			果物		米・しらす・万能ねぎ・ごま
5	金	牛乳	ポークカレーライス	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ルウ	牛乳
			わかめサラダ	わかめ・もやし・胡瓜・かまぼこ・和ドレ	お麩ラスク
			果物		麩・バター グラニュー糖
6	土	牛乳	ねぎ塩豚丼	米・豚肉・長ねぎ・ごま	牛乳
			キャベツのおかか和え	キャベツ・もやし・人参・かつおぶし	プティブラン
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・じゃが芋	
8	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			西京焼き	さわら	りんごゼリー
			筑前煮	里芋・人参・ごぼう・れんこん・いんげん・椎茸・こんにゃく・鶏肉	りんご・りんごジュース
			清汁 / 果物	小松菜・えのき・長ねぎ・あられ麩	ゼラチン
9	火	牛乳	食パン	食パン	お茶
			ポークビーンズ	豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・ホールトマト	昆布ごはん
			マッシュポテト	じゃが芋・牛乳・バター	米・塩昆布・人参
			かぶスープ	かぶ・かぶの葉・ベーコン	いんげん
			牛乳 / 果物	牛乳	
10	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			よだれ鶏風	鶏肉・長ねぎ・ごま・にんにく・生姜	きな粉蒸しパン
			大根の塩昆布和え	大根・胡瓜・塩昆布	蒸しパンMix粉・きな粉
			春雨スープ / 果物	春雨・玉ねぎ・人参・チンゲン菜	牛乳
11	木	牛乳	ごま塩ごはん	米・ごま塩	牛乳
			肉じゃが	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん	カレーポップコーン
			白菜のツナ和え	白菜・胡瓜・ツナ	コーン・カレー粉
			味噌汁 / 果物	大根・油揚げ・万能ねぎ	
12	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			照り焼きチキン	鶏肉	和風スパゲティ
			春キャベツのサラダ	キャベツ・アスパラガス・人参・ハム・洋ドレ	スパゲティ・ツナ・しめじ
味噌汁 / 果物	ほうれん草・椎茸・厚揚げ	玉ねぎ・海苔			
13	土	牛乳	豚挽とごぼうのごはん	米・豚挽肉・ごぼう	牛乳
			胡瓜の中華サラダ	胡瓜・人参・もやし・ハム・中華ドレ	はちみつサンド
			味噌汁 / 果物	わかめ・玉ねぎ	プティボワン・はちみつ

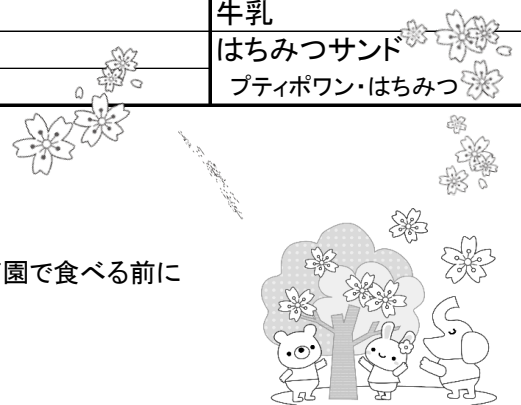
※午前おやつは、乳児のみの提供となります。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※メニュー内容をご確認いただき、まだ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。





日曜	献立名	食品名	おやつ
15月	牛乳	ごはん	米
		鶏肉のオイスターソース炒め	鶏肉・厚揚げ・玉ねぎ・にら・オイスターソース
		ひじきサラダ	ひじき・胡瓜・人参・ツナ・和ドレ
		味噌汁／果物	豆腐・なめこ・長ねぎ
16火	牛乳	ごはん	米
		スコップコロケ	じゃが芋・玉ねぎ・豚挽肉・牛乳・パン粉
		温野菜サラダ	ブロッコリー・人参・ベーコン・和ドレ
		コーンスープ / 果物	コーン・玉ねぎ・しめじ・パセリ
17水	牛乳	麦ごはん	米・麦
		鯖の塩焼き	鯖
		小松菜のお浸し	小松菜・もやし・人参・油揚げ
		豚汁／果物	大根・人参・ごぼう・長ねぎ・こんにゃく・里芋・豚肉
18木	牛乳	五目うどん	うどん・鶏肉・人参・わかめ・長ねぎ・椎茸
		ほうれん草のごま和え	ほうれん草・人参・もやし・ごま
		果物	
19金	牛乳	ポークカレーライス	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ルウ
		わかめサラダ	わかめ・もやし・胡瓜・かまぼこ・和ドレ
		果物	
20土	牛乳	ねぎ塩豚丼	米・豚肉・長ねぎ・ごま
		キャベツのおかか和え	キャベツ・もやし・人参・かつおぶし
		味噌汁／果物	玉ねぎ・じゃが芋
22月	牛乳	ごはん	米
		西京焼き	さわら
		筑前煮	里芋・人参・ごぼう・れんこん・いんげん・椎茸・こんにゃく・鶏肉
		清汁／果物	小松菜・えのき・長ねぎ・あられ麩
23火	牛乳	食パン	食パン
		ポークビーンズ	豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・ホールトマト
		マッシュポテト	じゃが芋・牛乳・バター
		かぶスープ	かぶ・かぶの葉・ベーコン
		牛乳 / 果物	牛乳
24水	牛乳	ごはん	米
		よだれ鶏風	鶏肉・長ねぎ・ごま・にんにく・生姜
		大根の塩昆布和え	大根・胡瓜・塩昆布
		春雨スープ / 果物	春雨・玉ねぎ・人参・チンゲン菜
25木	牛乳	㊟ーランチ	
		筍ごはん	米・たけのこ・人参・油揚げ
		魚の竜田揚げ	かじきまぐろ・片栗粉
		コロコロ野菜	さつま芋・胡瓜・人参・洋ドレ
		味噌汁／果物	豆腐・わかめ・みつば
26金	牛乳	ごはん	米
		照り焼きチキン	鶏肉
		春キャベツのサラダ	キャベツ・アスパラガス・人参・ハム・洋ドレ
		味噌汁 / 果物	ほうれん草・椎茸・厚揚げ
27土	牛乳	豚挽とごぼうのごはん	米・豚挽肉・ごぼう
		胡瓜の中華サラダ	胡瓜・人参・もやし・ハム・中華ドレ
		味噌汁／果物	わかめ・玉ねぎ
30火	牛乳	ごま塩ごはん	米・ごま塩
		肉じゃが	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん
		白菜のツナ和え	白菜・胡瓜・ツナ
		味噌汁／果物	大根・油揚げ・万能ねぎ

★印は今月の絵本の料理です。

●今月の目標栄養価

乳児 エネルギー 504kcal 蛋白質 19.6g 脂質 15.2g
 幼児 エネルギー 568kcal 蛋白質 22.3g 脂質 15.6g

