

4月の献立

持子保育園

日	曜日	献立	主な食材	おやつ	日	曜日	献立	主な食材	おやつ
1	水	鯖の和風ダレ チンゲン菜の胡麻和え 豚汁	鯖 しめじ 人参 青葱 ツナ チンゲン菜 人参 薄揚げ 豚肉 人参 大根 ごぼう 白菜 筍 玉葱	牛乳 お菓子	15	水	ちゃんぽん麺 ひじきのドレッシング和え フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ ハム ひじき 大豆 人参 玉葱 胡瓜 コーン オレンジ	牛乳 ジャーマンポテトパイ
2	木	鶏の葱ソース揚げ 人参と卵の炒め物 清汁	鶏肉 白葱 人参 玉葱 しめじ 糸こんにゃく 卵 青葱 豆腐 ごぼう なす じゃが芋 大根 わかめ	牛乳 ケーキサレ	16	木	パン 鮭のカレーソース 人参のベーコン炒め 野菜スープ	クリームエスカルゴ 鮭 玉葱 しめじ ピーマン 人参 えのき ベーコン マッシュルーム キャベツ 青葱 チンゲン菜 人参 玉葱 大根 もやし わかめ	牛乳 お菓子
3	金	カレーうどん ツナサラダ フルーツ	うどん 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 青葱 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 オレンジ	クロレラ ふわふわパン	17	金	唐揚げ きのこのスパゲッティ カレースープ フルーツゼリー	鶏肉 ウイパー 玉葱 青葱 エリンギ しめじ 人参 スパゲッティ じゃが芋 人参 玉葱 大根 キャベツ みかん缶 ゼリーの素	ジョア ミニメロンパン
4	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ オレンジ	お菓子	18	土	味噌ラーメン 牛肉と野菜の炒め物 フルーツ	焼豚 中華麺 人参 玉葱 わかめ チンゲン菜 牛肉 人参 白菜 コーン れんこん 青葱 バナナ	お菓子
6	月	鯖のゴマダレ焼き すき焼き風煮 味噌汁	鯖 玉葱 青葱 牛肉 玉葱 いんげん 人参 糸こんにゃく エリンギ 豆腐 人参 さつま芋 大根 しめじ わかめ	牛乳 お菓子	20	月	チキンピカタ 春雨サラダ 大根スープ	鶏肉 ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 チンゲン菜 大根 わかめ 玉葱 人参 キャベツ 南瓜	牛乳 お菓子
7	火	豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ 大根スープ	合挽肉 豆腐 ひじき 玉葱 ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン 大根 人参 絹厚揚げ 玉葱 チンゲン菜	牛乳 パウンドケーキ	21	火	鯖のおろしダレ 根菜炒め 清汁	鯖 大根 青葱 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン いんげん 豆腐 玉葱 なす じゃが芋 しめじ わかめ	牛乳 ハムとチーズの 蒸しパン
8	水	チャーハン チンゲン菜の炒め物 中華スープ フルーツ	焼豚 玉葱 コーン 人参 マッシュルーム 青葱 ホタテ チンゲン菜 人参 コーン 玉葱 薄揚げ わかめ 人参 もやし 大根 じゃが芋 豆腐 バナナ	牛乳 チヂミ	22	水	ガパオライス スパニッシュオムレツ コンソメスープ フルーツ	豚挽肉 ピーマン 人参 しめじ 玉葱 マッシュルーム 卵 ハム チーズ 赤ピーマン じゃが芋 ほうれん草 コーン 大根 人参 わかめ 玉葱 チンゲン菜 バナナ	牛乳 プレーンマフィン
9	木	カレイのきのこあんかけ 卵焼き 清汁	カレイ しめじ えのき 青葱 ハム チーズ コーン ひじき 人参 チンゲン菜 卵 薄揚げ ごぼう なす さつま芋 玉葱 わかめ	牛乳 お菓子	23	木	金平ごぼう かきたまスープ	ひじき 鶏挽肉 玉葱 牛肉 ごぼう しめじ 人参 いんげん コーン 人参 大根 玉葱 じゃが芋 薄揚げ ほうれん草 卵	牛乳 お菓子
10	金	パン 鶏のクリーム煮 キャベツのカレー炒め コンソメスープ	くるくるバターデニッシュ 鶏肉 玉葱 人参 いんげん ウイナー キャベツ 人参 エリンギ コーン マッシュルーム ほうれん草 玉葱 しめじ 人参 キャベツ 南瓜	クロレラ プリン	24	金	パン タラのトマトソース マカロニサラダ コーンチャウダー	イエローロール タラ 玉葱 しめじ コーン いんげん ホールトマト マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン 大根 人参 南瓜 なす マッシュルーム クリームソーダ	クロレラ わんぱく焼
11	土	麻婆豆腐丼 中華スープ フルーツ	豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 青葱 わかめ 人参 もやし 玉葱 チンゲン菜 りんご	お菓子	25	土	親子丼 清汁 フルーツ	鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 青葱 豆腐 ごぼう じゃが芋 しめじ わかめ りんご	お菓子
13	月	ツナナゲット ほうれん草のクリーム煮 コーンチャウダー	鶏挽肉 豆腐 ツナ ホタテ ほうれん草 玉葱 マッシュルーム 人参 コーン 大根 人参 じゃが芋 なす しめじ クリームソーダ	牛乳 お菓子	27	月	タンドリーチキン ほうれん草のソテー 野菜スープ	鶏肉 ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム 卵 キャベツ 人参 玉葱 大根 南瓜	牛乳 プレーンスコーン
14	火	鯛の香味焼 肉じゃが 味噌汁	鯛 青葱 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく いんげん 薄揚げ 人参 チンゲン菜 大根 しめじ	牛乳 ボンデケーキ	28	火	鮭のムニエル 白菜の洋風煮 カレースープ	鮭 しめじ えのき 玉葱 青葱 豚肉 白菜 人参 コーン いんげん マッシュルーム じゃが芋 人参 玉葱 大根 キャベツ 薄揚げ	牛乳 柏餅
					30	木	肉団子 ピーマンの中華炒め 中華スープ	豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 ホタテ ピーマン 人参 マッシュルーム コーン 薄揚げ わかめ 人参 チンゲン菜 玉葱 じゃが芋 豆腐	牛乳 お菓子

28日の柏餅作りは、きく組、うめ組ではじめてのくっきんぐです。

おもちを丸めたこしあんで包んで蒸します。

エプロン、三角巾の準備をおねがいします。

夕間食はおにぎりです



