

🛒 ☆ 🍌 ☆ 🌸 ☆ 🍷 ☆ 📖 ☆ 🎒 ☆ 4月 献立表 🛒 ☆ 🍌 ☆ 🌸 ☆ 🍷 ☆ 📖 ☆ 🎒 ☆

令和6年4月

まゆみの里保育園

日	曜	昼食	15時おやつ	3色分類			調味料他
				体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
1	月	麦ごはん ししゃものから揚げ じゃがいものそぼろ煮 バナナ 味噌汁	ポップコーン 牛乳	ししゃも とりひきにく 木綿豆腐 みそ ぎゅうにゅう	こめ おおむぎ かたくり 大豆油 じゃがいも さとう コーンリッツ サラダ油 バター	さやいんげん パナナ にんじん こまつな	こしょう みりん しょうゆ 和風だし かつお・昆布だし汁
2	火	親子丼 こまつなとらすのポン酢和え オレンジ 味噌汁	バームクーヘン 牛乳	とりもも たまご かまあげしらす あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	こめ サラダ油 さとう こまつな 厚切りバームクーヘン	たまねぎ 干しいたけ みつば こまつな にんじん パレンシアオレンジ チンゲンサイ だいこん	しょうゆ みりん 味噌 しょうゆ かつお・昆布だし汁
3	水	鶏ごぼううどん キャベツのごま和え オレンジ	ゆかりおにぎり 牛乳	とりもも ぎゅうにゅう	冷)うどん 黒ごま(すり) さとう こめ	ごぼう こまつな キャベツ にんじん パレンシアオレンジ	めんつゆ 和風だし みりん しょうゆ
4	木	ごはん 赤魚の煮つけ もやしとちんげんさいのナムル 味噌汁	いちごジャムケーキ 牛乳	冷)骨取り赤魚 ロースハム あぶらあげ みそ たまご ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ さとう ごま油 白ごま(すり) ホットケーキミックス いちごジャム	もやし チンゲンサイ たまねぎ にんじん	料理酒 しょうゆ みりん だし おろしにんにく かつお・昆布だし汁
5	金	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ キャベツスープ	大学いも 牛乳	木綿豆腐 ぶたひきにく みそ カニかま ぎゅうにゅう	こめ サラダ油 さとう かたくりこ ごま油 はるさめ 白ごま(炒り) さつまいも 大豆油 黒ごま(炒り)	干しいたけ ねぶかねぎ しょうが にんじん きゅうり キャベツ きくらげ たまねぎ だし 食塩 鶏ガラスープ素	コンソメ おろしにんにく しょうゆ 穀物酢 だし 食塩 鶏ガラスープ素
6	土	ナポリタン キウイフルーツ コンソメスープ	カステラ 牛乳	ベーコン ぎゅうにゅう	スパゲッティ オリーブ油 かすてら	たまねぎ ピーマン トマト缶 キウイフルーツ キャベツ こまつな	食塩 こしょう パセリ粉 トマトケチャップ コンソメ
8	月	豚丼 ブロッコリーのツナ和え オレンジ 味噌汁	ヨーグルトケーキ 牛乳	ぶたロース まぐろ 木綿豆腐 みそ たまご ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ さとう ごま油 ホットケーキミックス サラダ油	たまねぎ ブロッコリー にんじん コーン パレンシアオレンジ キャベツ しめじ	しょうゆ 和風だし 料理酒 みりん かつお・昆布だし汁
9	火	たけのご飯 サバの塩焼き ひじきの煮物 味噌汁	のり英字ビスケット 牛乳	あぶらあげ とりもも さば みそ ぎゅうにゅう	こめ 糸こんにやく サラダ油 さとう のり英字ビスケット	たけのこ にんじん ひじき こまつな なめこ だいこん	しょうゆ みりん 料理酒 食塩 和風だし めんつゆ かつお・昆布だし汁
10	水	春野菜カレー 大豆サラダ 牛乳	フルーツサンド りんごジュース	ぶたもも ぎゅうにゅう たいす まぐろ ホイップクリーム	こめ じゃがいも サラダ油 マヨネーズ しょうばん	アスパラガス たまねぎ にんじん キャベツ ももかん パナナ りんごジュース	カレー粉 おろしにんにく おろししょうが めんつゆ
11	木	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 塩昆布和え バナナ 味噌汁	ほりほり小魚 牛乳 0.1歳児はカルシウ ムせんべいになりま す。	若鶏 もも(皮つき) 木綿豆腐 みそ ほりほり小魚 ぎゅうにゅう	こめ かたくりこ 大豆油 カルシウムせんべい	しょうが もやし にんじん しょうゆ おこんぶ パナナ キャベツ なめこ	しょうゆ 料理酒 かつお・昆布だし汁
12	金	ごはん 鮭の味噌マヨ焼き ジャーマンポテト オレンジ すまし汁	マーメレードケーキ 牛乳	鮭 みそ ソーセージ じゃがいも ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ マヨネーズ さとう じゃがいも サラダ油 ホットケーキミックス マーメレード	たまねぎ さやえんどう パセリ(葉) パレンシアオレンジ わかめ こまつな だいこん	食塩 こしょう コンソメ かつお・昆布だし汁 しょうゆ
13	土	焼きそば バナナヨーグルト 麦茶	あんぱん 牛乳	ぶたもも ヨーグルト ぎゅうにゅう	ちゅうかめん サラダ油 あんぱん	キャベツ にんじん たまねぎ ピーマン もやし あおのり パナナ	こしょう 焼きそば粉末ソース 食塩
15	月	スパゲッティカレーソース 茹で野菜 牛乳	ビスケット 麦茶	ぶたひきにく たまご ぎゅうにゅう	スパゲッティ サラダ油 バター こむぎこ マヨネーズ ビスケット	たまねぎ にんじん ピーマン エリンギ ブロッコリー	料理酒 しょうゆ 食塩 カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース
16	火	食パン アジフライ ポテトサラダ コンソメスープ	ぶどうゼリー 牛乳	冷)骨取りあじ たまご ロースハム だいす ぜラチ ン ぎゅうにゅう	しょうばん こむぎこ パン粉 大豆油 じゃがいも マヨネーズ	にんじん きゅうり キャベツ こまつな ぶどうジュース	中濃ソース こしょう 食塩 穀物酢 コンソメ
17	水	ごはん 肉じゃが アスパラガスの味噌マヨ和え オレンジ 味噌汁	麩のラスク 牛乳	ぶたもも カニかま みそ あ ぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも サラダ油 さとう マヨネーズ やきふ バター グラニュー糖	たまねぎ にんじん さやいんげん アスパラガス キャベツ もやし パレンシアオレンジ チンゲンサイ	みりん しょうゆ 料理酒 かつお・昆布だし汁
18	木	ごはん 豚にら炒め 竹輪の磯辺揚げ バナナ 味噌汁	チーズポテト 牛乳	ぶたもも たまご ちくわ 木綿豆腐 みそ とろける チーズ ぎゅうにゅう	こめ ごま油 こむぎこ 大豆油 じゃがいも かたくりこ マヨネーズ	もやし にら あおのり バナナ たけのこ キャベツ	鶏ガラスープ素 しょうゆ みりん 料理酒 食塩 おろしにんにく かつお・昆布だし汁

日	曜	昼食	15時おやつ	3色分類			調味料他
				体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える	
19	金	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め なめたけ和え キウイフルーツ すまし汁	カルシウムせんべい 牛乳	ぶたもも みそ ちくわ 木綿豆腐 たまご ぎゅうにゅう	こめ サラダ油 さとう やきふ カルシウムせんべい	キャベツ たまねぎ しょうが もやし こまつな にんじん なめたけ(瓶) キウイフルーツ わかめ	料理酒 おろしにんにく しょうゆ 食塩 かつお・昆布だし汁
20	土	煮込みうどん こまつなのおかか和え バナナ	マーラーカオ 牛乳	とりもも かつおぶし ぎゅうにゅう	冷)うどん マーラーカオ	はくさい しいたけ こまつな バナナ	めんつゆ しょうゆ
22	月	ごはん さわらの照り焼き チンゲンサイの煮浸し オレンジ 味噌汁	バナナケーキ 牛乳	さわら あぶらあげ みそ たまご ぎゅうにゅう	こめ さとう ホットケーキミックス パター ココア	チンゲンサイ にんじん パレンシアオレンジ たまねぎ わかめ パナナ	酒 しょうゆ みりん 和風だし かつお・昆布だし汁
23	火	チキンピラフ かぼちゃサラダ 野菜スープ	ばりんこ ウエハース(ココア) 牛乳	とりもも ソーセージ ぎゅうにゅう	こめ パター マヨネーズ ばりんこ ウエハース(ココア)	たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム かぼちゃ キャベツ アスパラガス	こしょう パセリ粉 食塩 コンソメ
24	水	ごはん タラのタルタル焼き アスパラガスとしめじのソテー バナナ コンソメスープ	クリームパン 牛乳	たら たまご ベーコン ぎゅうにゅう	こめ マヨネーズ サラダ油 バター ミニクリームパン	パセリ(葉) たまねぎ アスパラガス キャベツ しめじ パナナ にんじん こまつな	こしょう 食塩 しょうゆ コンソメ
25	木	ごはん 豆腐ハンバーグ キャベツのオーロラサラダ 味噌汁	マシュマロクッキー 牛乳	木綿豆腐 とりひきにく たま ご みそ ぎゅうにゅう	こめ パン粉 さとう かたくりこ マヨネーズ さつまいも ハーベスト マシュマロ	ひじき にんじん たまねぎ キャベツ チンゲンサイ コー ン こまつな なめこ	料理酒 みりん しょうゆ 食塩 トマトケチャップ かつお・昆布だし汁
26	金	春野菜うどん マカロニサラダ オレンジ	ごまおにぎり 牛乳	とりもも ロースハム マカロニサラダ ぎゅうにゅう	冷)うどん マカロニ マヨネーズ こめ ごましお	キャベツ にんじん アスパラガス たけのこ きゅ うり パレンシアオレンジ	食塩 しょうゆ 鶏ガラスープ素 こしょう
27	土	チャーハン オレンジ 中華スープ	彩りかりんとう 牛乳	たまご ぶたひきにく カニかま ぎゅうにゅう	こめ サラダ油 ごま油 彩りかりんとう	キャベツ ねぶかねぎ パレンシアオレンジ きくらげ	こしょう オイスターソース 鶏ガラスープ素 しょうゆ 食塩
30	火	ハヤシライス ブロッコリーと卵のサラダ 牛乳	ジャムサンド 麦茶	ぶたもも たまご ぎゅうにゅう	こめ サラダ油 マヨネーズ しょうばん ブルーベリージャム	たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー コーン	食塩 中濃ソース トマトケチャップ コンソメ ハヤシルウ こしょう

※0.1歳児クラスのお子様は午前のおやつにおせんべい、スティックゼリー、ビスケット等をお召し上がりいただきます。詳しくは連絡帳をご覧ください。

