



4月こんだてひょう



令和5年 4月 愛児園湯田保育所

日	曜	午前おやつ	献立	材料			午後おやつ	家庭で とりたい 食品	
				あか 体を丈夫にする	きいろ 強い力を作る	みどり 体の調子を整える			
3	月	牛乳 かし	パン 豚肉のパーベキューソース焼き チキン入サラダ 白菜スープ	豚ひれ肉 ベーコン	テーブルロール じゃが芋	きゅうり 人参 玉葱 キャベツ パセリ 白菜 コーン(粒)	甘夏かん かし	野菜類	
4	火	100%ジュース かし	菜の花ごはん じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーおかかあえ わかめのみそ汁	合挽肉 しらす干し 厚揚げ	米 里芋 じゃが芋	菜の花 人参 ブロッコリー 大根 玉葱 わかめ 小葱	いちご かし	種実類	
5	水	牛乳 チーズ かし	パン 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ キャベツのスープ	鶏もも肉 シーチキン	ミニクワッサン じゃが芋 マカロニ	きゅうり キャベツ 人参 もやし 玉葱 パセリ	りんご かし	豆類	
6 20	木	牛乳 昆布 かし	カレーライス 春キャベツのサラダ ししゃも 6日ひじきと大豆の煮物 20日ポークビーンズ	牛こま切 ししゃも 7日油揚げ 21日豚こま切	米 じゃが芋 6日こんにやく	人参 玉葱 トマト きゅうり キャベツ 甘夏かん7日ひじき	6日豆腐ドーナツ 20日りんご かし	種実類	
7	金	牛乳 かし	パン 魚のごま焼き ポテトサラダ 麻婆豆腐	シーチキン 卵 豚挽肉 豆腐	ミニ牛乳パン じゃが芋	きゅうり 人参 パセリ 玉葱 たらねぎ ごま しょうが	ヨーグルト バナナ かし	野菜類	
8 22	土	牛乳 かし	きつねうどん かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのごまあえ 果物	油揚げ	うどん	ブロッコリー 人参 かぼちゃ 玉葱 小葱 りんご		魚介類	
10 24	月	牛乳 かし	パン スパゲティサラダ スキムスープ 10日鶏肉からあげ 24日鶏肉クラッカー焼き	鶏もも肉 卵 シーチキン ベーコン	テーブルロール スパゲティ じゃが芋	きゅうり キャベツ 人参 玉葱 もやし パセリ	甘夏かん かし	豆類 野菜類	
11 25	火	ヨーグルト かし	しろごはん 煮魚 納豆あえ 豚汁	白身魚/青魚 納豆 ロースハム 豚こま切 厚揚げ	米 じゃが芋 こんにやく	ほうれん草 人参 キャベツ 玉葱 大根 小葱 ごぼう	りんご 昆布 かし	野菜類 種実類	
12	水	牛乳 かし	パン 豆腐のハンバーグ 和風サラダ コーンスープ	かに風味かまぼこ 水煮大豆 豆腐 合挽肉	ミニクワッサン	ごぼう きゅうり 人参 ひじき 玉葱 小葱 キャベツ コーン(粒) もやし ごま	いちご かし	いも類	
13	木	牛乳 りんご	わかめごはん 大豆の五目煮 けんちん汁 ミートボール甘煮 キャベツ塩昆布あえ	水煮大豆 豆腐 ミートボール	米 じゃが芋 こんにやく	ごぼう 昆布 人参 キャベツ 大根 玉葱 小葱	新じゃがふかし ミニゼリー	魚介類	
14 28	金	牛乳 かし	パン 里芋の煮物 アスパラサラダ かぼちゃスープ 14日魚の香草焼き 28日中華風ローストポーク	ベーコン 14日鮭 28日豚ひれ肉	ミニ牛乳パン 里芋	アスパラガス 人参 玉葱 キャベツ コーン(粒) かぼちゃ	オレンジジュース バナナ かし	14日豆類 28日魚介類	
15	土	牛乳 かし	スパゲティナポリタン しらすあえ 粉ふき芋 果物	豚こま切 えび しらす干し	スパゲティ じゃが芋	しめじ 人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ ピーマン		野菜類 豆類	
17	月	牛乳 かし	わかめごはん 海の幸卵焼 ごまあえ 魚団子のみそ汁	かに風味かまぼこ 卵 白身魚すり身	米 里芋	ひじき ほうれん草 キャベツ 大根 白菜 小葱 ごま	甘夏かん かし	野菜類	
18	火	牛乳 かし	パン 豚肉のパーベキューソース焼き ポテトサラダ 白菜スープ	豚ひれ肉 卵 シーチキン ベーコン	テーブルロール じゃが芋	玉葱 きゅうり 人参 キャベツ もやし 白菜 パセリ	りんご かし かえりちりめん	豆類	
19	水	牛乳 かし	食育の日(お楽しみメニュー)						
21	金	牛乳 かし	パン 魚コーンクリーム焼き 切干し大根のあえもの ビーンズスープ	鮭 ベーコン	ミニクワッサン じゃが芋	切干大根 人参 ほうれん草 玉葱 きゅうり セロリ	ヨーグルト バナナ かし	豆類	
26	水	牛乳 かし	お弁当の日  					パック牛乳 ミニパン チーズ	
27	木	牛乳 かし	親子丼 魚のごまみそ焼き キャベツの塩昆布あえ けんちん汁	白身魚 卵 鶏ももこま切 豆腐	米 じゃが芋	キャベツ 人参 ごぼう ねぎ 大根 玉葱 小葱 塩昆布	いちご かし	種実類 野菜類	

都合により献立が変更になる場合があります