



4月こんだてひょう



平成30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			
2	月	牛乳 かし	パン 鶏肉のマーマレード焼 里芋の煮物 ピーナツあえ キャベツのスープ	鶏もも肉	ミニクワッサン じゃが芋 里芋	ほうれん草 人参 キャベツ 玉葱 もやし パセリ	甘夏かん かし	豆類 魚介類	
3	火	100%ジュース かし	菜の花鮭ごはん じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーおかかあえ わかめみそ汁	鮭 合挽肉 厚揚げ	米 里芋 じゃが芋	ブロッコリー 人参 大根 白菜 小葱 わかめ 玉葱	いちご 昆布 かし	種実類	
4	水	牛乳 甘夏かん	パン 中華風ローストポーク 和風サラダ かき卵スープ	豚ヒレ肉 水煮大豆 卵 かにほぐし身	テーブルロール じゃが芋	ごぼう きゅうり いら ひじき 小葱 玉葱 人参 えのきたけ	4日ぼりぼりごぼう バナナ 18日おむすび	野菜類	
5	木	牛乳 かし かえりちりめん	カレーライス ひじきと大豆の煮物 春キャベツのサラダ ししやも	牛こま切 水煮大豆 ししやも 油揚げ	米 こんにやく じゃが芋	人参 きゅうり キャベツ 玉葱 トマト 甘夏かん	5日りんご かし 27日ヨーグルト バナナ かし	種実類	
6	金	牛乳 チーズ かし	パン 6日魚の香草焼き 20日魚のコーンクリーム焼き ポテトサラダ スキムスープ	6日白身魚 ベーコン 20日鮭 卵 シーチキン	ミニ牛乳パン じゃが芋	キャベツ きゅうり 人参 玉葱 もやし 白菜 パセリ	オレンジジュース 6日いちご かし 20日バナナ	野菜類 豆類	
7	土	牛乳 かし	スパゲティナポリタン しらすあえ うずら煮豆 果物	豚こま切 えび しらす干し うずら豆	スパゲティ	しめじ 人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ りんご		いも類	
9	月	牛乳 かし	わかめごはん 海の幸卵焼き ごまあえ けんちん汁	かにほぐし身 卵 豆腐	米 里芋	ほうれん草 人参 キャベツ ごぼう 玉葱 大根 小葱	甘夏かん かし	野菜類	
10	火	100%ジュース かし	パン アスパラサラダ 鶏肉のからあげ かぼちゃスープ	鶏もも肉 ベーコン	ミニクワッサン	アスパラガス 人参 キャベツ かぼちゃ 玉葱 コーン(粒)	りんご かし かえりちりめん	いも類 種実類	
11	水	11日牛乳 バナナ 25日牛乳 りんご	11日ゆかりごはん 25日しろごはん 煮魚 納豆あえ 豚汁	白身魚/青魚 納豆 豚こま切 ロースハム	米 じゃが芋 こんにやく	ほうれん草 人参 キャベツ 大根 玉葱 ごぼう 小葱	11日クッキー オレンジ 25日 ミニホットケーキ	卵類	
12	木	牛乳 かし	パン 豆腐のハンバーグ マカロニサラダ 春野菜のスープ	合挽き肉 シーチキン 卵 豆腐 ベーコン	ミニクワッサン マカロニ じゃが芋	玉葱 きゅうり 人参 キャベツ もやし パセリ	甘夏かん かし	野菜類 種実類	
13	金	牛乳 シュガートースト	親子丼 もみのりあえ ミートボール甘煮 魚団子のみそ汁	鶏ももこま切 卵 ミートボール 豆腐 白身魚すり身	米 里芋	人参 玉葱 葱 ほうれん草 大根 キャベツ 小葱	ヨーグルト バナナ かし	野菜類	
14	土	牛乳 かし	きつねうどん じゃが芋ソテー ブロッコリーのごまあえ 果物	油揚げ ベーコン	うどん じゃが芋	ブロッコリー 人参 ピーマン 玉葱 えのきたけ 小葱		魚介類	
19	木	100%ジュース かし	食育の日(お楽しみメニュー)						
24	火	牛乳 かし	お弁当の日 				パック牛乳 ミニパン チーズ		

都合により献立が変更になる場合があります