４月予定献立

2023年4月
風の子保育園

日		曜日	午前補食	昼食	午後補食	材料名（〇は午前補食、◎は午後補食にのみ含まれる材料です）			
						黄（熱や力になるもの）	赤（からだを作るもの）	緑（体の調子を整えるもの）	その他
1	15	土	干し芋	ごはん 豚肉の生姜焼き 春雨サラダ 味噌汁（キャベツ　油揚げ）	おにぎり（鮭） 昆布	〇さつま芋、米、春雨	豚ロース肉、ハム、油揚げ、◎鮭	生姜、にんにく、玉ネギ、にんじん、きゅうり、もやし、キャベツ、◎昆布	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、味噌、ゴマ油、三温糖、鰹昆布だし汁
3	17	月	豆乳	ごはん 鮭の味噌焼き 甘酢和え 里芋と大根のそぼろ煮 野菜わん（えのき　玉ねぎ　ワカメ）	小松菜ごはん かぶの即席漬け 昆布	米、里芋、片栗粉	〇豆乳、鮭、鶏ひき肉、◎豚バラ肉	キャベツ、きゅうり、にんじん、大根、えのき、玉ねぎ、ワカメ、◎小松菜、かぶ、昆布	醤油、料理酒、本みりん、味噌、食塩、穀物酢、三温糖、鰹昆布だし汁
4	18	火	さつま芋	ごはん 鶏ムネ肉のスティック揚げ さっぱり和え 五目きんぴら 味噌汁（豆腐　キャベツ）	焼きびん 白菜の煮浸し 煮干し	〇さつま芋、米、卵不使用マヨネーズ、片栗粉、白ゴマ	鶏ムネ肉、さつま揚げ、絹豆腐、◎煮干し	生姜、きゅうり、セロリ、ごぼう、れんこん、にんじん、エリンギ、キャベツ、◎青海苔、白菜	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、味噌、ゴマ油、サラダ油、三温糖、鰹昆布だし汁
5	19	水	豆乳	ごはん 豆腐ハンバーグ（照り焼きソース） 粉ふき芋　ブロッコリー ひじきの煮物 味噌汁（大根　白菜）	みたらし団子 小松菜の煮浸し 煮干し	米、片栗粉、じゃが芋、糸こんにゃく、◎上新粉、だんご粉	〇豆乳、牛豚合挽肉、木綿豆腐、油揚げ、◎煮干し	玉ねぎ、ブロッコリー、ひじき、にんじん、大根、白菜、◎小松菜	醤油、料理酒、本みりん、食塩、味噌、三温糖、ゴマ油、鰹昆布だし汁
6	20	木	じゃが芋	菜めし 鶏肉の香味焼き アスパラのゴマ和え さつま芋と刻み昆布の煮物 味噌汁（かぶ　しめじ）	にんじんごはん きゅうりの即席漬け するめ	〇じゃが芋、米、白ゴマ、さつま芋、糸こんにゃく	鶏もも肉、油揚げ、◎ハム、するめ	かぶの葉、生姜、にんにく、ネギ、アスパラ、もやし、ほうれん草、刻み昆布、にんじん、かぶ、しめじ、◎きゅうり	醤油、料理酒、本みりん、食塩、味噌、三温糖、ゴマ油、鰹昆布だし汁
7	21	金	干し芋	ごはん 豚肉の塩麹焼き じゃが芋のベーコン炒め 大根サラダ 味噌汁（なめこ　豆腐　ネギ）	ふきごはん キャベツの煮浸し 昆布	〇さつま芋、米、じゃが芋、卵不使用マヨネーズ	豚ロース肉、ベーコン、ツナ、絹豆腐、◎油揚げ	スナップえんどう、大根、にんじん、水菜、なめこ、ネギ、◎ふき、キャベツ、昆布	塩麹、醤油、食塩、味噌、サラダ油、穀物酢、鰹昆布だし汁、◎料理酒、本みりん
8	22	土	干し芋	ごはん 手羽元のさっぱり煮 ポテトサラダ 味噌汁（玉ねぎ　小松菜）	おにぎり（塩昆布　鰹節） 煮干し	〇さつま芋、米、じゃが芋、卵不使用マヨネーズ	手羽元、ハム、◎鰹節、煮干し	生姜、にんじん、きゅうり、玉ねぎ、小松菜、◎塩昆布	醤油、料理酒、食塩、穀物酢、サラダ油、三温糖、味噌、鰹昆布だし汁
10	24	月	じゃが芋	ごはん 野菜の肉巻き ピーマンと竹輪の青海苔炒め しょうゆフレンチサラダ 味噌汁（大根　油揚げ）	ふかしさつま芋 ブロッコリー 煮干し	〇じゃが芋、米、◎さつま芋	豚ロース肉、竹輪、ハム、油揚げ、◎煮干し	にんじん、玉ねぎ、青海苔、ピーマン、アスパラ、キャベツ、もやし、コーン、大根、◎ブロッコリー	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、味噌、三温糖、ゴマ油、鰹昆布だし汁
11		火	豆乳	ごはん 新じゃがと鶏肉の南蛮酢和え 野菜添え 切干大根の煮物 味噌汁（豆腐　えのき　ワカメ）	大豆ごはん ほうれん草の煮浸し 昆布	米、じゃが芋、片栗粉	〇豆乳、鶏もも肉、油揚げ、絹豆腐、◎大豆	生姜、にんにく、ネギ、レタス、きゅうり、切干大根、にんじん、えのき、ワカメ、◎ほうれん草、昆布	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、味噌、ゴマ油、三温糖、鰹昆布だし汁
	25			誕生会メニュー		米、糸こんにゃく、片栗粉、じゃが芋、卵不使用マヨネーズ	〇豆乳、油揚げ、鶏もも肉、ウインナー、さつま揚げ、ハム	筍、にんじん、生姜、にんにく、玉ねぎ、ほうれん草、きゅうり、アスパラ、コーン、オレンジ、りんご、◎絹さや、昆布	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、三温糖、サラダ油
12	26	水	干し芋	ごはん かじきの梅しょうゆ焼き ほうれん草の昆布和え 肉豆腐 味噌汁（じゃが芋　玉ねぎ　絹さや）	焼きビーフン するめ	〇さつま芋、米、糸こんにゃく、じゃが芋、◎米麺	かじき、豚こま肉、焼き豆腐、◎鶏ひき肉、するめ	梅干し、ほうれん草、もやし、塩昆布、白菜、ネギ、にんじん、玉ねぎ、絹さや、◎キャベツ	醤油、料理酒、本みりん、食塩、味噌、三温糖、ゴマ油、鰹昆布だし汁
13	27	木	豆乳	ごはん つくね団子の野菜あん ブロッコリー 筍のおかか煮 味噌汁（キャベツ　しめじ　小松菜）	かぼちゃもち アスパラ 煮干し	米、片栗粉、糸こんにゃく、◎米粉	〇豆乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、油揚げ、鰹節、◎きな粉、煮干し	玉ねぎ、ピーマン、にんじん、ブロッコリー、筍、大根、キャベツ、しめじ、小松菜、◎かぼちゃ、アスパラ	醤油、料理酒、本みりん、食塩、穀物酢、ケチャップ、三温糖、味噌、ゴマ油、鰹昆布だし汁、◎上白糖
14	28	金	さつま芋	ごはん マーボー豆腐 茄子のオーブン焼き ワカメとささみの和え物 春雨スープ（白菜　ネギ　春雨　ゴマ）	鶏ごぼうごはん スナップえんどう 昆布	〇さつま芋、米、春雨、白ゴマ	豚ひき肉、木綿豆腐、ささみ、◎鶏もも肉	生姜、にんにく、ネギ、にんじん、生椎茸、茄子、ワカメ、きゅうり、ほうれん草、白菜、◎ごぼう、スナップえんどう、昆布	醤油、料理酒、食塩、味噌、三温糖、穀物酢、ゴマ油、鰹昆布だし汁、◎本みりん

3歳以上児は午前補食を除いた献立になります。
麦茶は食事時ほか必要に応じておだししています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

＊入園・進級おめでとうございます＊

今年度も、子どもたちが毎日楽しみにしてくれるような、安全でおいしい給食を作っていきたいと思っています。よろしくお願い致します。

19日（水）　きりん組が粉ふき芋を作ります。

25日（火）誕生会メニュー

たけのこごはん
チューリップ唐揚げ　　ウインナー
新じゃが芋の煮物　　ほうれん草のサラダ
オレンジ　　りんご

おやつ　飾りごはん　　煮干し