

4 月 献 立 表

明 照 保 育 園

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ			
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後		
4 金	し ぎ ょ う し き (パン詰め合わせ)					牛 乳 せんべい		
5 土	【入園式】	お め で と う ラ ン チ					牛 乳 クッキー	おみやげ 紅白ビレーネ
7 月	たけのこごはん ごまネーズあえ すまし汁 ごはん	米 さとう すりごま(白) 心	鶏胸肉 油揚げ ちくわ 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん 葉ねぎ たけのこ缶 干し椎茸 ほうれんそう コーン缶 たまねぎ	りんごジュース あられ	牛 乳 ビスケット		
8 火	白身魚フライ コンソメスープ レーズンロール	レーズンロール 小麦粉 パン粉(乾燥) 油 じゃがいも	さかな 卵 粉チーズ ウィンナー	キャベツ パセリ コーン缶 ブロッコリー	ヨーグルト	フルーツ白玉		
9 水	カレーライス ツナサラダ 麦ごはん	米 さとう 麦 サラダ油 じゃがいも 油 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク ツナ缶	たまねぎ 赤ピーマン にんじん きゅうり グリンピース(冷凍) コーン缶 しょうが にんにく キャベツ	フルーツゼリー 小麦胚芽クッキー	牛 乳 のり巻きせんべい		
10 木	焼きそば わかめスープ いちご ロールパン	ロールパン 蒸し中華めん 油 白ごま	豚もも肉 いか あおのり 花かつお 生わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん 青ピーマン もやし いちご	ヤクルト ビスケット	牛 乳 ごませんべい		
11 金	ゆかりごはん 新じゃがのそぼろ煮 白みそ汁 ごはん	米 じゃがいも さとう 油 かたくり粉	鶏むね肉 削り節 豆腐 油揚げ 生わかめ	ゆかり粉 しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) 葉ねぎ	フルーツゼリー クッキー	牛 乳 豆おかき		
12 土	【家族ふれあいの日】	ふ れ あ い ラ ン チ			お に ぎ り が い り ま す		りんごジュース	
14 月	みそラーメン フルーツゼリー 味付け煮干 ラップおにぎり	中華めん(生) フルーツゼリー	焼き豚 生わかめ 味付け煮干	にんじん もやし しめじ 葉ねぎ	ヨーグルト ぼんせんべい	牛 乳 ウエハース		
15 火	マーボー豆腐 中華サラダ ごはん	米 油 さとう かたくり粉 ごま油 白ごま	豆腐 豚ひき肉 ロースハム	にんにく みかん缶 しょうが きゅうり にんじん コーン缶 たまねぎ 葉ねぎ キャベツ	牛 乳 かりんとう	プリンアラモード		
16 水	ポテトサンド ミネストローネ ヨーグルト 食パン	食パン じゃがいも 油 マカロニ	ベーコン 鶏ささ身 ヨーグルト	にんじん トマト コーン缶 パセリ グリンピース(冷凍) しめじ セロリー たまねぎ	牛 乳 ポップコーン	りんごジュース チーズ菓子		
17 木	煮魚 若竹汁 一口ゼリー ごはん	米 さとう 板こんにゃく 一口ゼリー	さかな 生わかめ 削り節	しょうが たけのこ にんじん みつば たまねぎ	もも缶	ミルク カステラ		
18 金	まさご揚げ 野菜のカレースープ煮 クロロール	クロロール かたくり粉 油 じゃがいも さとう	豆腐 卵 むきえび 鶏ひき肉 しらす干し 鶏もも肉 うすら卵(水蒸缶詰)	にんじん 青ピーマン もやし たまねぎ だいこん パセリ	フルーツゼリー ポーロ	牛 乳 マカロニ安倍川		
19 土	【なかよし保育】	な か よ し ラ ン チ 			ヨーグルト			
21 月	たけのこごはん ごまネーズあえ すまし汁 ごはん	米 さとう すりごま(白) 心	鶏胸肉 油揚げ ちくわ 豆腐 生わかめ 削り節	にんじん 葉ねぎ たけのこ缶 干し椎茸 ほうれんそう コーン缶 たまねぎ	牛 乳 あられ	牛 乳 ビスケット		
22 火	豆腐の洋風煮 パワアアップサラダ ミルクロール	ミルクロール 油 かたくり粉 じゃがいも	豆腐 ベーコン しらす干し 干しわかめ	さやえんどう たまねぎ にんじん クリームコーン缶 ほうれんそう	牛 乳 ごませんべい	いちごシェイク クラッカー		
23 水	カレーライス ツナサラダ 麦ごはん	米 さとう 麦 サラダ油 じゃがいも 油 小麦粉 バター	豚もも肉 スキムミルク ツナ缶	たまねぎ 赤ピーマン にんじん きゅうり グリンピース(冷凍) コーン缶 しょうが にんにくキャベツ	牛 乳 小麦胚芽クッキー	牛 乳 のり巻きせんべい		
24 木	チキンライス エビフライ 野菜スープ ごはん	米 油 小麦粉 パン粉(乾燥) じゃがいも	鶏もも肉 えび 卵	たまねぎ キャベツ 赤ピーマン パセリ 青ピーマン にんじん マッシュルーム缶 ブロッコリー	牛 乳 チーズ菓子	紅 茶 ケーキ		
25 金	ゆかりごはん 新じゃがのそぼろ煮 白みそ汁 ごはん	米 じゃがいも さとう 油 かたくり粉	鶏むね肉 削り節 豆腐 油揚げ 生わかめ	ゆかり粉 しょうが たまねぎ にんじん グリンピース(冷凍) 葉ねぎ	牛 乳 クッキー	豆おかき かんきつ類		
26 土	【家族ふれあいの日】	ふ れ あ い ラ ン チ			お に ぎ り が い り ま す		フルーツゼリー	
28 月	鶏肉の照り煮 マカロニのスープ煮 チーズ ミルクロール	ミルクロール さとう マカロニ	鶏もも肉 ベーコン チーズ	もやし にんじん キャベツ たまねぎ セロリー パセリ	牛 乳 塩せんべい	プリンアラモード		
30 水	しらすごはん 切干大根の煮付け 合わせみそ汁 ごはん	米 白ごま 油 さとう	しらす干し 生わかめ 鶏もも肉 油揚げ 刻み昆布 削り節 豆腐	切干しだいこん にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ 葉ねぎ	発酵乳 芋かりんとう	牛 乳 レーズンクッキー		

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。

