



4月こんだてひょう



平成26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 | | |
| 1 15 | 火 | 牛乳 かし | パン 鶏肉のからあげ アスパラサラダ かき卵スープ | 鶏もも肉 卵 | テーブルロール じゃが芋 | アスパラガス 玉葱 人参 キャベツ たら こぼう コーン(粒) | 甘夏かん かし | 豆類 魚介類 |
| 2 30 | 水 | 牛乳 昆布 かし | 菜の花ごはん ブロッコリーおかかあえ 肉じゃが わかめのみそ汁 | 牛こま切 厚揚げ しらす干し | 米 じゃが芋 こんにやく 里芋 | ブロッコリー 人参 玉葱 大根 小葱 白菜 しめじ わかめ | りんご かし | 種実類 |
| 3 17 | 木 | 100%ジュース かし | パン 豆腐のハンバーグ マカロニサラダ キャベツのスープ | 豆腐 合挽肉 卵 シーチキン | ミニ牛乳パン じゃが芋 マカロニ | 玉葱 きゅうり パセリ キャベツ もやし 人参 コーン(クリーム) | いちご スルメ かし | 野菜類 |
| 4 | 金 | 牛乳 かし | 親子丼 ミートボール甘煮 もみのりあえ 魚団子のみそ汁 | 鶏ももこま切 豆腐 卵 ミートボール 白身魚すり身 | 米 里芋 | キャベツ 玉葱 ねぎ ほうれん草 人参 大根 小葱 | ヨーグルト りんご かし | 種実類 |
| 5 19 | 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 | 玉葱 キャベツ ほうれん草 人参 しめじ ピーマン | | いも類 |
| 7 21 | 月 | 牛乳 チーズ かし | パン 鶏肉のマーマレード焼 ピーナツあえ かぼちゃ甘煮 ピーンズスープ | 鶏もも肉 ベーコン 水煮大豆 | ミニクワッサン じゃが芋 | かぼちゃ キャベツ ほうれん草 人参 セロリ 玉葱 パセリ | いちご かし | 魚介類 |
| 8 22 | 火 | ヨーグルト かし | しるごはん 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 | りんご かし | 種実類 |
| 9 23 | 水 | 牛乳 いちご | パン ちくわのいそべ揚げ スパゲティサラダ 春野菜スープ | ちくわ 卵 シーチキン ベーコン | テーブルロール じゃが芋 スパゲティ | きゅうり キャベツ 人参 玉葱 もやし パセリ 青のり | 甘夏かん かし かえりちりめん | 豆類 |
| 10 24 | 木 | 牛乳 かし | カレーライス ポークビーンズ 春キャベツのサラダ ししゃも | 牛こま切 水煮大豆 豚こま切 ししゃも | 米 じゃが芋 | 人参 きゅうり キャベツ トマト 玉葱 甘夏かん | りんごケーキ | 野菜類 種実類 |
| 11 25 | 金 | 牛乳 かし かえりちりめん | パン ポテトサラダ スキムスープ 11日魚の香草焼 25日魚のアーモンド焼 | 白身魚 卵 シーチキン ベーコン | ミニ牛乳パン じゃが芋 | きゅうり 人参 もやし 白菜 キャベツ パセリ | オレンジジュース 11日いちご かし 25日バナナ かし | 豆類 |
| 12 26 | 土 | 牛乳 かし | きつねうどん ブロッコリーごまあえ じゃが芋ソテー 果物 | 油揚げ ベーコン | うどん じゃが芋 | ブロッコリー 人参 玉葱 ピーマン えのきたけ | | 魚介類 豆類 |
| 14 28 | 月 | 牛乳 りんご | わかめごはん 海の幸卵焼 プチトマト もみのりあえ けんちん汁 | かにほぐし身 卵 豆腐 | 米 里芋 | ひじき 玉葱 ごぼう 大根 ほうれん草 キャベツ 人参 小葱 | 14日クッキー 28日甘夏かん かし | 種実類 |
| 16 | 水 | 牛乳 かし | お弁当の日 | | | | バック牛乳 ミニパン チーズ | |
| 18 | 金 | 牛乳 かし | 食育の日(お楽しみメニュー) | | | | | |

都合により献立が変更になる場合があります