



# 4月こんだてひょう



平成28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			
4	月	牛乳 かし	パン 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃ甘煮 ピーナツあえ かき卵スープ	鶏もも肉 卵	ミニクロワッサン じゃが芋	かぼちゃ キャベツ ほうれん草 人参 玉葱 ごぼう にら	甘夏かん かし	豆類	
5	火	ヨーグルト かし	菜の花ひじきごはん 肉じゃが ブロッコリーおかかあえ わかめみそ汁	しらす干し 牛こま切 厚揚げ	米 里芋 こんにやく じゃが芋	菜の花 ひじき 人参 ブロッコリー 大根 白菜 わかめ	いちご 昆布 かし	種実類	
6	水	牛乳 甘夏かん	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	合挽き肉 シーチキン 豆腐 卵	テーブルロール 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	おむすび	野菜類	
7	木	牛乳 いちご	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 ししゃも 豚こま切	米 じゃが芋	人参 きゅうり キャベツ 玉葱 人参 甘夏かん	りんご かし	種実類	
8	金	牛乳 チーズ かし	パン 魚の香草焼き ポテトサラダ スキムスープ	白身魚 ベーコン 卵 シーチキン	ミニ牛乳パン じゃが芋	きゅうり 人参 もやし キャベツ 玉葱 白菜 パセリ	オレンジ ジュース バナナ かし	豆類 野菜類	
9	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	
11	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(缶詰) 卵 豆腐	米 里芋	ひじき キャベツ ほうれん草 人参 大根 玉葱 小葱	甘夏かん スルメ かし	野菜類	
12	火	100%ジュース かし	パン アスパラサラダ ビーンズスープ 12日ちくわいそべ揚げ 26日鶏肉からあげ	12日ちくわ 卵 26日鶏もも肉 水煮大豆 ベーコン	ミニクロワッサン じゃが芋	アスパラガス 人参 キャベツ セロリ 玉葱 コーン(粒)	りんご かし かえりちりめん	種実類	
13	水	牛乳 いちご	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	13日クッキー オレンジ 27日 ミニホットケーキ	卵類	
14	木	牛乳 昆布 かし	パン 中華風ローストポーク 和風サラダ 春野菜スープ	かにかま 水煮大豆 豚ひれ肉 ベーコン	テーブルロール じゃが芋	ごぼう きゅうり 小葱 キャベツ ごま 玉葱 もやし パセリ	甘夏かん かし	野菜類 豆類	
15	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 りんご かし	野菜類	
16	土	牛乳 かし	きつねうどん じゃが芋ソテー ブロッコリーごまあえ 果物	油揚 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r類	
19	火	牛乳 かし	食育の日(お楽しみメニュー)						
20	水	牛乳 かし かえりちりめん	パン 魚のアーモンド焼き スパゲティサラダ スキムスープ	白身魚 卵 シーチキン ベーコン	ミニ牛乳パン じゃが芋 スパゲティ	きゅうり 人参 もやし キャベツ 白菜 パセリ	新じゃがふかし ミニゼリー	野菜類	
22	金	牛乳 かし	お弁当の日 				バック牛乳 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