



4月こんだて



(うさぎ・幼児)

吉祥院保育園

熱量 584g タンパク質 21.6g

献立	おやつ	材	おやつ		
1 ごはん 鶏の照り焼き 15 大根の胡麻煮 (月) 味噌汁	米 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 大根 人参 三度豆 こんにゃく 竹輪 すり胡麻 砂糖 醤油 豆腐 小松菜 昆布 味噌	大学芋 薩摩芋 砂糖 醤油 酢 水 黒胡麻 牛乳	ごはん 8 手羽元のさっぱり煮 22 ポテトサラダ (月) 味噌汁	手羽元 砂糖 醤油 酢 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 ハム マヨネーズ キャベツ えのき 青葱 昆布 味噌	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー 牛乳
2 ごはん だし巻き玉子 16 薩摩芋と牛蒡の金平 (火) 味噌汁	米 卵 醤油 昆布だし 薩摩芋 ごぼう 人参 豚肉 砂糖 醤油 胡麻油 すり胡麻 白菜 玉葱 青葱 昆布 味噌	ジャムサンド 食パン 苺ジャム 牛乳	ごはん 9 煮物 23 苺2粒 (火) 味噌汁	米 豚ミンチ 南瓜 大根 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 苺 豆腐 油揚げ わかめ 昆布 味噌	(9日) スナックスティックパン (23日) 米粉パン 牛乳
3 ごはん 煮魚 17 キャベツの煮びたし (水) 味噌汁	鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 キャベツ 油揚げ 玉葱 人参 こんにゃく 砂糖 醤油 ソーメン 人参 青葱 昆布 味噌	ひじき入りおにぎり 米 ひじき 砂糖 醤油 人参 牛乳	ごはん 10 鮭の天ぷら 24 野菜のナムル (水) 味噌汁	米 鮭 小麦粉 卵 片栗粉 油 キャベツ 法蓮草 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 胡麻油 白胡麻 麩 玉葱 青葱 昆布 味噌	ヨーグルト ルヴァン2枚 牛乳
4 ごはん 麻婆豆腐 18 胡瓜の酢漬け (木) 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 胡瓜 砂糖 醤油 酢 じゃが芋 しめじ わかめ 昆布 味噌	きな粉蒸しパン 小麦粉 牛乳 砂糖 きな粉 ベーキングパウダー 牛乳	ごはん 11 チキンチャップ ブロッコリー (木) 味噌汁	鶏こま 小麦粉 人参 玉葱 ピーマン キャベツ ケチャップ ウスターソース 油 ブロッコリー 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 味噌	焼きそば 中華そば 豚肉 油 キャベツ 人参 花鰹 焼きそばソース 青のり 牛乳
5 菜飯 じゃが芋のそぼろ煮 19 昆布1枚(あ)なし 吉野汁 (金) 味噌汁	米 小松菜 白胡麻 砂糖 醤油 鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 三度豆 砂糖 醤油 油 昆布 大根 人参 里芋 油揚げ 青葱 昆布 鰹節 醤油 片栗粉	オレンジゼリー オレンジ果汁 砂糖 寒天 ゼラチン 胡麻スティック2本 牛乳	カレーライス 12 26 野菜サラダ (金) 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 コンソメ 油 キャベツ 胡瓜 人参 ベーコン アスパラ 砂糖 醤油 酢 胡麻油	バナナ1本 (うさぎ 2/3本) ハインハイン2枚 牛乳
6 具だくさんうどん 20 南瓜煮 (土) 味噌汁	うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻油 昆布 鰹節 砂糖 醤油 南瓜 砂糖 醤油	黒糖ロールパン 牛乳	13 衣笠うどん 27 野菜の煮物 (土) 味噌汁	うどん 鶏こま 油揚げ 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 醤油 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油	ぶどうパン 牛乳


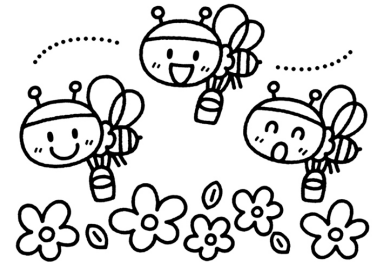



25日(木)誕生日会

備 考
 ごはん
 チキンチャップ
 ブロッコリー
 味噌汁

鶏こま 小麦粉 人参 玉葱 ピーマン キャベツ ケチャップ
 ウスターソース 油
 ブロッコリー
 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 味噌

(おやつ)
 焼きそば
 中華そば 豚肉 油
 キャベツ 人参 花鰹
 焼きそばソース 青のり
 牛乳

1日(月)入園式
 10日(水)らいおんぐみ イチゴ狩り

* 天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。