



4月こんだて



熱量 529kcal タンパク質 22.1g (うさぎ) (幼児)

吉祥院こども園

| | 献立 | 材 料 | お や つ | | 献立 | 材 料 | お や つ |
|-----|------------------------------------|--|---|---------|-------------------|--|--|
| 10 | ごはん 豆腐のあんかけ煮 | 米 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 舞茸 油 砂糖 醤油 片栗粉 | ぶどうゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン | 3 | ごはん 手羽元のさっぱり煮 | 米 手羽元 砂糖 醤油 酢 | 芋ようかん 薩摩芋 砂糖 水 寒天 |
| 24 | 胡瓜の酢漬け | 胡瓜 砂糖 醤油 酢 | | 17 | 胡麻和え | キャベツ 法蓮草 人参 竹輪 砂糖 醤油 すり胡麻 | |
| (月) | 味噌汁 | 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 | (月) | 味噌汁 | 豆腐 油揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 |
| 11 | ごはん ひじき入り玉子焼き | 米 卵 人参 玉葱 ひじき 砂糖 みりん 醤油 | 野菜コロッケ | 4 | ごはん ☆赤魚のサクサク焼き | 米 赤魚 お好みソース マヨネーズ パン粉 | きな粉サンド 食パン きな粉 マーガリン 砂糖 |
| 25 | 白菜のたいたん | 白菜 人参 玉葱 さつま揚げ 砂糖 醤油 | | 18 | パンキンサラダ | 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 ハム 油 砂糖 醤油 酢 胡麻油 | |
| (火) | 味噌汁 | 麩 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 | (火) | かきたま汁 | 卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 |
| 12 | 筍ごはん 鶏の照り焼き (あ)鶏煮 野菜のおひたし | 米 筍 人参 油揚げ みりん 酒 醤油 塩 昆布 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 キャベツ 人参 法蓮草 ごぼう かまぼこ 花鰹 砂糖 醤油 | コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー クリームコーン 牛乳 | 5 19 | 肉うどん カラフルソテー | うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油 ブロッコリー 人参 玉葱 ベーコン 黄ピーマン コンソメ 油 薄口醤油 | 菜飯とじゃこの おにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 じゃこ |
| (水) | 澄まし汁 | 大根 なめこ 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油 | 牛乳 | (水) | | | 牛乳 |
| 13 | カレーライス | 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 コンソメ 油 | マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 | 6 | ごはん 豆腐ハンバーグ | 米 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油 | ヨーグルト ビスケット |
| 27 | シーチキンサラダ | キャベツ 胡瓜 人参 アスパラ シーチキン マヨネーズ | | 20 | 野菜のケチャップ和え | キャベツ 人参 玉葱 コーン ピーマン ケチャップ コンソメ | |
| (木) | | | 牛乳 | (木) | 味噌汁 | 麩 人参 なめこ 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 |
| 14 | ごはん 焼魚 | 米 鯖 塩 | (14日)セサミトースト 食パン 砂糖 マーガリン すり胡麻 | 7 | ごはん じゃが芋のそぼろ煮 | 米 鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 | りんごとチーズのケーキ 小麦粉 卵 砂糖 りんご チーズ ベーキングパウダー マーガリン |
| 28 | 切干大根 | 切干大根 油揚げ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 | (28日)五穀パン 牛乳 | 21 | たたきごぼう | ごぼう 砂糖 醤油 白胡麻 | マーガリン 牛乳 |
| (金) | 味噌汁 | 南瓜 法蓮草 しめじ 昆布 鰹節 味噌 | | (金) | 味噌汁 | 白菜 しめじ 青葱 昆布 鰹節 味噌 | 牛乳 |
| 1 | 野菜うどん | うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 | ぶどうパン | 8 | かしわうどん | うどん 鶏こま 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 | 黒糖ロールパン |
| 15 | じゃが芋のおかか煮 | じゃが芋 人参 玉葱 鰹節 砂糖 醤油 | | 22 | 南瓜煮 | 南瓜 砂糖 醤油 | |
| (土) | | | 牛乳 | (土) | | | 牛乳 |

26日(水)お誕生日会

備 考

- *筍ごはん
- *鶏の照り焼き
- *野菜のおひたし
- *澄まし汁
- (おやつ)
- *カステラ
- *牛乳

*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。
*☆マークは、新メニューです。