



4 月こんだて



熱量 545 kcal タンパク質 22.7 g

(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
	ごはん 1 鶏のさっぱり煮 ・ 15 春和え	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 酢 大根 胡瓜 かまぼこ 人参 えのき 酢 砂糖 醤油 片栗粉	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ		ごはん 8 麻婆豆腐 ・ 22 胡瓜の酢漬け	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 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢	オレンジゼリー オレンジ果汁 寒天 ゼラチン 砂糖
(月)	味噌汁	豆腐 油揚げ 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	薩摩芋 もやし 油揚げ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
	2 ごはん ・ 豚じゃが 16 ・ バナナ 30	米 豚ミンチ じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 バナナ	(2・16日)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 (30日)玄米パン		ごはん 9 鯖の味噌煮 ・ 23 切干大根	米 鯖 酒 味噌 砂糖 醤油 切干大根 さつま揚げ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	野菜コロッケ
(火)	かきたま汁	卵 わかめ アスパラ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	澄まし汁	豆腐 小松菜 しめじ 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
	3 ごはん お好み焼き風玉子焼き ・ 17 野菜のポトフ風煮	米 卵 キャベツ 竹輪 お好みソース 鰹節 大根 玉葱 人参 ウインナー コンソメ	きな粉入りちんすこう 小麦粉 砂糖 油 きな粉		10 筍ごはん 鶏の照り焼き ・ 24 白菜と油揚げのたいたん	米 筍 人参 酒 みりん 醤油 昆布 塩 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 白菜 油揚げ 人参 玉葱 こんにゃく 砂糖 醤油	りんごとチーズのケーキ 小麦粉 卵 砂糖 りんご チーズ マーガリン ベーキングパウダー 牛乳
(水)	味噌汁	白菜 なめこ 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	大根 さつま揚げ わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
	4 わかめうどん ・ 18 薩摩芋とごぼうの金平	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 卵 油 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 ごぼう 蓮根 人参 豚肉 砂糖 醤油 胡麻油 すり胡麻	昆布のおにぎり 米 塩昆布		11 ごはん ミートローフ ・ 25 マカロニのケチャップ炒め	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 パン粉 牛乳 砂糖 醤油 マカロニ 人参 玉葱 ピーマン コーン ケチャップ コンソメ	スイートポテト 薩摩芋 豆乳 卵 砂糖
(木)	味噌汁	麩 青葱 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	麩 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
	5 ごはん 鮭フライ ・ 19 ナムル	米 鮭 小麦粉 卵 パン粉 油 白菜 法蓮草 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ヨーグルト ルヴァン		12 カレーライス ・ 26 野菜サラダ (胡麻ドレッシング)	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ 小麦粉 油 キャベツ 人参 胡瓜 アスパラ コーン ハム 砂糖 醤油 みりん 胡麻油 マヨネーズ すり胡麻	カスタードサンド 食パン 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 コーンスターチ
(金)	味噌汁	麩 青葱 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(金)	味噌汁	麩 人参 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳
	6 ちゃんぽんうどん ・ 20 じゃが芋のおかか煮	うどん 豚肉 人参 キャベツ もやし たら 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 胡麻油 じゃが芋 鰹節 砂糖 醤油	黒糖ロールパン		13 肉うどん ・ 27 パンプキンサラダ	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 人参 玉葱 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	ぶどうパン
(土)			牛乳	(土)			牛乳
備 考							1日(月)入園式 2日~8日 慣らし保育 10日(水)らいおん いちご狩り

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。