



4 月こんだて



熱量 424 kcal タンパク質 17.5 g (あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
	1 ごはん 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 人参 酢 砂糖 醤油 片栗粉	マヨネーズラスク 食パン マヨネーズ		8 ごはん 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 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	薩摩芋 もやし 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		9 ごはん 鯖の味噌煮 ・ 23 切干大根	米 鯖 酒 味噌 砂糖 醤油 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	焼きポテト じゃが芋 塩 油
(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 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 お好みソース 花鰹 大根 玉葱 人参 コンソメ	きな粉入りちんすこう 小麦粉 砂糖 油 きな粉		10 ごはん 鶏の照り焼き ・ 24 白菜のたいたん	米 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 白菜 人参 玉葱 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 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	大根 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 焼き魚 ・ 19 ナムル	米 鮭 白菜 法蓮草 胡瓜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油	スナックスティックパン		12 ごはん クリームシチュー ・ 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 牛乳 小麦粉 コンソメ キャベツ 人参 胡瓜 アスパラ コーン 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	牛乳	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 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)	味噌汁	牛乳	牛乳	(土)	味噌汁	牛乳	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

*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。

*保育園では、あひるぐみは、発芽玄米、麦、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、筍、ヨーグルト、ウインナー、ベーコン ハム、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレーは味が濃く噛みにくいので抜いています。