



# 4月こんだて



熱量 407 kcal タンパク質 16.5 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	
14 ・ 28 (月)	ごはん 麻婆豆腐 胡瓜の酢漬け 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 油 胡瓜 砂糖 醤油 酢 薩摩芋 わかめ 昆布 鰹節 味噌	バナナ ビスケット 牛乳	7 ・ 21 (月)	ごはん 薩摩芋のそぼろ煮 味噌汁	米 豚ミンチ 薩摩芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 白菜 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌 牛乳
1 ・ 15 (火)	ごはん 煮魚 切干大根 澄まし汁	米 鯖 酒 みりん 砂糖 醤油 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 豆腐 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	(1日)カステラ (15日)米粉パン 牛乳	8 ・ 22 (火)	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 小麦粉 コンソメ 牛乳 油 キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 コーン ツナ 砂糖 醤油 酢 胡麻油 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (水)	ごはん 鶏の胡麻焼き 野菜のソテー 味噌汁	米 鶏もも肉 酒 醤油 みりん 白胡麻 キャベツ 人参 玉葱 黄パプリカ コンソメ 薄口醤油 油 人参 もやし 昆布 鰹節 味噌	クッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン 牛乳	9 ・ 23 (水)	ごはん 鶏の照り煮 大根の胡麻和え 味噌汁	米 鶏もも肉 酒 みりん 砂糖 醤油 大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油 すり胡麻 麩 わかめ 昆布 鰹節 味噌 牛乳
3 ・ 17 (木)	ごはん マカロニのケチャップ炒め たたきごぼう 味噌汁	米 豚肉 マカロニ 薩摩芋 玉葱 人参 ケチャップ コンソメ 油 ごぼう 砂糖 醤油 すり胡麻 麩 小松菜 昆布 鰹節 味噌	シュガーサンド 食パン グラニュー糖 マーガリン 牛乳	10 ・ 24 (木)	ごはん ミートローフ パンプキンサラダ 味噌汁	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 パン粉 牛乳 砂糖 醤油 南瓜 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 豆腐 法蓮草 昆布 鰹節 味噌 牛乳
4 ・ 18 (金)	たぬきうどん ジャーマンポテト	うどん 鶏肉 砂糖 醤油 法蓮草 片栗粉 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 玉葱 人参 コンソメ 油	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 牛乳	11 ・ 25 (金)	ごはん 鮭の照り焼き 白菜のたいたん 味噌汁	米 鮭 酒 みりん 醤油 白菜 小松菜 人参 玉葱 砂糖 醤油 大根 青葱 昆布 鰹節 味噌 牛乳
5 ・ 19 (土)	わかめうどん 薩摩芋サラダ	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 人参 玉葱 胡瓜 マヨネーズ	スナックスティックパン 牛乳	12 ・ 26 (土)	肉うどん じゃが芋煮	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 牛乳



備  
考



\*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。

\*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト、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。