

令和4年 4月献立表

山の手保育園

| | | 3歳未満児 | | 全 員 共 通 | | | | | | |
|----|---|------------|--------------|------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------|-------|--------------------|----------------------------------------|
| 日 | 曜 | はし スプーン | 午前のおやつ 主食 | 主菜献立名 | 主菜材料名 | 副菜献立名 | 副菜材料名 | おやつ | おやつ材料名 | |
| 1 | 金 | | ヨーグルト 麦茶 | 鶏じゃが | 鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 厚揚げ グリンピース 油 砂糖 醤油 煮干し | 小松菜の磯和え | 小松菜 人参 もやし 刻み海苔 砂糖 醤油 | いちご | ツナトースト 牛乳 | 食パン ツナ缶 玉葱 マヨネーズ 塩こしょう スキムミルク 粉チーズ パセリ |
| 2 | 土 | | リンゴ 牛乳 | あんかけラーメン | 豚肉 玉葱 人参 しめじ もやし 青梗菜 中華麺 ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉 | 黒ごま南瓜 | 南瓜 砂糖 醤油 黒ごま | キウイ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 4 | 月 | | オレンジ 麦茶 | ☆鱈の竜田揚げ | 鱈 生姜 醤油 みりん 酒 片栗粉 小麦粉 油 | ブロッコリーサラダ | ブロッコリー 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 油 | ミニトマト | バナナホットケーキ 牛乳 | ホットケーキミックス バナナ 砂糖 豆乳 スキムミルク バター |
| 5 | 火 | | ちりめん 牛乳 | 肉豆腐 | 牛肉 焼き豆腐 玉葱 人参 生椎茸 糸こんにゃく 白菜 葱 砂糖 醤油 煮干し | 胡瓜とわかめ酢の物 | 胡瓜 わかめ 人参 キャベツ かまぼこ 砂糖 醤油 酢 ごま | リンゴ | 五平もち 麦茶 | 米 油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク ごま |
| 6 | 水 | | バナナ 麦茶 | ポテトグラタン | 鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ グリンピース 塩こしょう スキムミルク バター 小麦粉 牛乳 コンソメ 粉チーズ | ひじきのケチャップ煮 | ひじき 玉葱 人参 油揚げ ピーマン ケチャップ 砂糖 醤油 みりん 酒 | オレンジ | きなこサンド 牛乳 | 食パン きなこ 砂糖 スキムミルク |
| 7 | 木 | | リンゴ 牛乳 | ☆大豆の五目煮 | 鶏肉 大豆 人参 ごぼう れんこん 干し椎茸 こんにゃく 厚揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん 酒 | ☆切干大根のツナ和え | 切干大根 ツナ缶 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 | いちご | すなっ麩 牛乳 | 麩 バター グラニュー糖 |
| 8 | 金 | | ヨーグルト 麦茶 | ニラ豚丼 | 豚肉 ニラ 卵 玉葱 人参 もやし エリンギ ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう | 春雨サラダ | 春雨 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 醤油 スキムミルク ごま | バナナ | チーズ蒸しパン 牛乳 | 蒸しパンミックス チーズ 牛乳 スキムミルク |
| 9 | 土 | | オレンジ 牛乳 | ナポリタン | ウインナー 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 ピーマン スパゲティ麺 油 ケチャップ ソース 砂糖 塩こしょう | コンソメスープ | 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ コンソメ 醤油 煮干し パセリ | チーズ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 11 | 月 | | リンゴ 麦茶 | ☆照り焼きチキン | 鶏肉 砂糖 醤油 みりん 酒 | カラフルソテー | ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 厚揚げ ちりめん ごま油 砂糖 醤油 | ミニトマト | メープルスイートポテト 牛乳 | さつま芋 砂糖 生クリーム スキムミルク メープルシロップ |
| 12 | 火 | | キウイ 牛乳 | 具だくさん味噌汁 | 豚肉 玉葱 人参 ごぼう しめじ キャベツ 油揚げ 豆腐 葱 味噌 スキムミルク 煮干し | 海苔チーズ納豆 | 納豆 刻み海苔 粉チーズ 小松菜 砂糖 醤油 | バナナ | 筍おにぎり 麦茶 | 米 筍 ベーコン いんげん 砂糖 醤油 |
| 13 | 水 | | ヨーグルト 麦茶 | 春野菜オムレツ | 卵 ツナ缶 玉葱 人参 しめじ アスパラ コーン缶 油 塩こしょう スキムミルク ケチャップ | レバー煮 | 鶏レバー 生姜 人参 糸こんにゃく ニラ ごま油 砂糖 醤油 | オレンジ | マカロニきなこ 牛乳 | マカロニ きなこ 砂糖 塩 |
| 14 | 木 | | バナナ 牛乳 | 八宝菜 | 豚肉 いか えび 玉葱 人参 筍 干し椎茸 厚揚げ キャベツ ピーマン ごま油 鶏がらスープの素 醤油 片栗粉 | ひじきナムル | ひじき 胡瓜 人参 コーン缶 ハム 砂糖 醤油 酢 ごま油 | リンゴ | カルシウムラスク 牛乳 | 食パン バター 粉チーズ スキムミルク 青のり ごま |
| 15 | 金 | | チーズ 麦茶 | チキンカレー | 鶏肉 玉葱 人参 しめじ じゃが芋 グリンピース 油 カレールー スキムミルク | ☆コールスローサラダ | キャベツ 切干大根 胡瓜 人参 コーン缶 マヨネーズ スキムミルク 塩こしょう | いちご | マーブルカップケーキ 牛乳 | ホットケーキミックス ベーキングパウダー 卵 バター グラニュー糖 ココア |
| 16 | 土 | | リンゴ 牛乳 | けんちんうどん | 鶏肉 玉葱 人参 大根 干し椎茸 豆腐 葱 うどん麺 醤油 みりん 煮干し | ブロッコリーの ごま和え | ブロッコリー 人参 油揚げ 砂糖 醤油 ごま | バナナ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 18 | 月 | | オレンジ 麦茶 | 鮭の西京焼き | 鮭 味噌 マヨネーズ 砂糖 みりん ごま | ☆根菜きんぴら | ごぼう れんこん 人参 糸こんにゃく ピーマン ごま油 砂糖 醤油 みりん 酒 ごま | ミニトマト | きなこのふんわりクッキー 牛乳 | ホットケーキミックス きなこ バター 砂糖 牛乳 スキムミルク |
| 19 | 火 | | ちりめん 牛乳 | 春キャベツの生姜焼き | 豚肉 生姜 キャベツ 玉葱 人参 もやし ピーマン 油 砂糖 醤油 みりん 酒 | じゃがコーンソテー | じゃが芋 コーン缶 玉葱 人参 ウインナー 油 コンソメ 塩こしょう | リンゴ | 昆布おにぎり 麦茶 | 米 塩昆布 醤油 かつお節 ごま |
| 20 | 水 | | ヨーグルト 麦茶 | 高野豆腐の卵とじ | 鶏肉 高野豆腐 卵 玉葱 人参 干し椎茸 葱 油 砂糖 醤油 スキムミルク 煮干し | ちくわの酢の物 | ちくわ わかめ 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 ごま | オレンジ | ☆野菜スティック 牛乳 | 胡瓜 人参 マヨネーズ 味噌 |
| 21 | 木 | | リンゴ 牛乳 | 牛肉のチャプチェ | 牛肉 春雨 玉葱 人参 筍 干し椎茸 もやし ニラ ごま油 砂糖 醤油 塩こしょう | おおかひじきキャベツ | ひじき キャベツ 胡瓜 人参 砂糖 醤油 かつお節 | キウイ | 南瓜蒸しパン 牛乳 | 蒸しパンミックス 南瓜 牛乳 スキムミルク |
| 22 | 金 | | オレンジ 麦茶 | ポークビーンズ | 豚肉 大豆 玉葱 人参 しめじ ホールトマト缶 じゃが芋 グリンピース 油 ケチャップ コンソメ 砂糖 醤油 スキムミルク | カリカリ ベーコンサラダ | ベーコン レタス 胡瓜 人参 コーン缶 砂糖 醤油 酢 油 | バナナ | ミルクラスク 牛乳 | 食パン コンデンスミルク |
| 23 | 土 | | キウイ 牛乳 | 海鮮ビーフン | 豚肉 いか えび 玉葱 人参 干し椎茸 キャベツ ピーマン ビーフン麺 ごま油 ソース 塩こしょう | 青梗菜と卵のスープ | 青梗菜 卵 玉葱 人参 えのき 鶏がらスープの素 醤油 | チーズ | 菓子 牛乳 | 菓子 |
| 25 | 月 | | リンゴ 麦茶 | 麻婆豆腐 | 豚ミンチ 豆腐 生姜 ニンニク 玉葱 人参 筍 干し椎茸 葱 ごま油 味噌 砂糖 醤油 スキムミルク 片栗粉 | 三色ナムル | 小松菜 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 ごま油 ごま | オレンジ | 芋ようかん 牛乳 | さつま芋 砂糖 粉寒天 |
| 26 | 火 | | バナナ 牛乳 | こいのぼりハンバーグ | 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 パン粉 塩こしょう チーズ 海苔 ケチャップ ソース ブロッコリー | コンソメポテト マカロニサラダ | じゃが芋 コンソメ パセリ マカロニ 胡瓜 人参 コーン缶 ハム マヨネーズ 塩こしょう | いちご | かしわもち風クッキー 牛乳 | ホットケーキミックス バター 砂糖 牛乳 スキムミルク 抹茶 |
| 27 | 水 | | ヨーグルト 麦茶 | ☆豚肉と新ごぼうの 五目煮 | 豚肉 ごぼう 玉葱 人参 しめじ 糸こんにゃく 厚揚げ かまぼこ 葱 砂糖 醤油 煮干し | 野菜の昆布締め | キャベツ 胡瓜 人参 塩昆布 醤油 | リンゴ | お麩スナック 牛乳 | 麩 ごま油 青のり 塩 |
| 28 | 木 | | オレンジ 牛乳 | ひじき入り卵焼き | 卵 鶏ミンチ ひじき 玉葱 人参 干し椎茸 いんげん 油 砂糖 醤油 スキムミルク | めかぶ納豆 | 納豆 めかぶ 人参 砂糖 醤油 かつお節 ごま | ミニトマト | ゆかりチーズおにぎり 麦茶 | 米 ゆかり チーズ |
| 30 | 土 | | チーズ 麦茶 | 南瓜の クリームシチュー | 鶏肉 南瓜 玉葱 人参 しめじ グリンピース シチュールー スキムミルク | じゃこわかめ | わかめ ちりめん 玉葱 人参 葱 ごま油 砂糖 醤油 | バナナ | 菓子 牛乳 | 菓子 |

☆は、かみかみメニューです

※材料などの都合で変更することがあります