

4月のこんだて

6日・20日 (月)

ビーンズドライカレー
コーンサラダ
春野菜のポトフ
418kcal

牛乳
お菓子



7日・21日 (火)

肉じゃが
キャベツのゆかりあえ
豆腐のすまし汁
386kcal

お茶
フルーツカクテル
(7日)

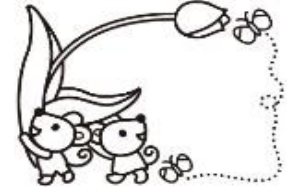
牛乳
マーラーカオ (21日)



8日・22日 (水)

鮭のきのこ煮
もやしの彩りあえ
具だくさんのたけのこ汁
373kcal

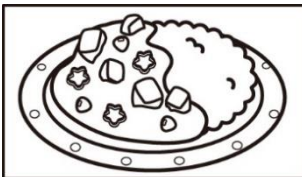
牛乳
お菓子



9日・23日 (木)

ビーフカレー
フルーツヨーグルト
614kcal

牛乳
お菓子



10日・24日 (金)

中華風ローストチキン
わかめの春雨サラダ
お豆のスープ
431kcal

牛乳
タルティーヌ (10日)
人参ホットケーキ
(24日)



13日・27日 (月)

さばの煮つけ
新たまねぎのポテサラ
かぼちゃのみそ汁
505kcal

牛乳
お菓子



14日 (火)

豚肉のしょうが焼き
ひじきのマリネ
麩のすまし汁
433kcal

お茶
わかめおにぎり



15日 (水)

鶏肉の黒酢豚風
わかめのナムル
中華スープ
423kcal

牛乳
お菓子



16日・30日 (木)

さわらの香味焼き
具だくさんきんぴら
春キャベツの白みそ汁
422kcal

牛乳
お菓子



17日 (金)

豆腐のハンバーグ
じゃが芋のみそサラダ
小松菜のスープ
454kcal

牛乳
パウンドケーキ



28日 (火)

たけのこごはん
春巻き
ブロッコリーのごまあえ
すまし汁
フルーツ
481kcal

お茶
ゼリー



ご入園・ご進級
おめでとうございます

献立は、月に同じ献立を2回実施しています。食べられないメニューも、ふれる機会を増やすことで食べられるようになることがねらいです。

献立表

日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
6 ・ 20 (月)	白飯 ・ ビーンズドライカレー コーンサラダ 春野菜のポトフ	米、じゃがいも 小麦粉、油、砂糖	豚ひき肉、だいず 鶏肉、ウインナー	たまねぎ、きゅうり キャベツ、にんじん コーン、ピーマン しょうが、にんにく アスパラガス ブロッコリー	牛乳 お菓子
7 ・ 21 (火)	白飯 ・ 肉じゃが キャベツのゆかりあえ 豆腐のすまし汁	米、じゃがいも こんにゃく、砂糖 ごま油、油	絹ごし豆腐 牛肉	キャベツ、たまねぎ にんじん、しいたけ グリーンピース ねぎ	お茶 フルーツカクテル (7日) 牛乳・マーラー カオ(21日)
8 ・ 22 (水)	白飯 ・ 鮭のきのこ煮 もやしの彩りあえ 具だくさんの たけのこ汁	米、じゃがいも 砂糖	さけ、平天 ごま、わかめ	えのきたけ、しょうが もやし、だいこん たけのこ、きゅうり にんじん、しめじ	牛乳 お菓子
9 ・ 23 (木)	白飯 ・ ビーフカレー フルーツヨーグルト	じゃがいも 米、油、砂糖	ヨーグルト 牛肉、豆乳	たまねぎ、にんじん みかん缶、バナナ パイナップル缶、もも缶 グリーンピース にんにく、しょうが	牛乳 お菓子
10 ・ 24 (金)	白飯 ・ 中華風ローストチキン わかめの春雨サラダ お豆のスープ	米、じゃがいも はるさめ、砂糖 ごま油	鶏肉、だいず ハム、ごま わかめ	たまねぎ、もやし きゅうり にんじん しょうが にんにく	牛乳 タルティーヌ (10日) 人参ホットケーキ (24日)
13 ・ 27 (月)	白飯 ・ さばの煮つけ 新たまねぎのポテサラ かぼちゃのみそ汁	米、じゃがいも マヨネーズ、砂糖 さつまいも	さば、みそ ハム、油揚げ かつお節	ごぼう、にんじん ねぎ、しょうが たまねぎ かぼちゃ	牛乳 お菓子
14 (火)	白飯 豚肉のしょうが焼き ひじきのマリネ 麩のすまし汁	米、油、砂糖 ふ	豚肉、ハム ひじき	にんじん、しょうが たまねぎ、きゅうり ほうれんそう キャベツ えのきたけ	お茶 わかめおにぎり
15 (水)	白飯 鶏肉の黒酢豚風 わかめのナムル 中華スープ	米、砂糖、油 片栗粉、ごま油	鶏肉、わかめ ごま	たまねぎ、もやし たけのこ、にんじん しめじ、えのきたけ ブロッコリー、ねぎ	牛乳 お菓子
16 ・ 30 (木)	白飯 ・ さわらの香味焼き 具だくさんきんぴら 春キャベツの白みそ汁	米、ごま油 油、砂糖、ふ	さわら、みそ 豚肉	ごぼう、キャベツ にんじん、たまねぎ しめじ、れんこん ピーマン、いんげん しょうが	牛乳 お菓子
17 (金)	白飯 豆腐のハンバーグ じゃが芋のみそサラダ 小松菜のスープ	米、じゃがいも パン粉、油 砂糖、ごま油	牛ひき肉、豆乳 豚ひき肉 木綿豆腐 鶏肉、みそ	たまねぎ、にんじん きゅうり、こまつな えのきたけ ブロッコリー	牛乳 パウンドケーキ
28 (火)	たけのこごはん 春巻き ブロッコリーのごまあえ すまし汁 フルーツ	米、春巻きの皮 ふ、砂糖、ごま油 油、片栗粉	豚ひき肉、鶏肉 油揚げ、ごま	ブロッコリー、もも缶 みかん缶、にんじん もやし、たけのこ しめじ、えのきたけ いんげん、ねぎ	お茶 ゼリー

❁ 10日(金)のおやつ「タルティーヌ」は、フランスのオープンサンドです。

❁ 17日(金)ひよこ組・りす組。24日(金)こあら組の給食参観です。

❁ 21日(火)のおやつ「マーラーカオ」は、中国風蒸しカステラです。