

2017年4月予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼 食	材 料 名	0,1歳対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	10 24	魚のごま味噌焼き きゅうりのひじき和え あさりごはん つまみなの味噌汁	魚・酒・味噌・ごま きゅうり・ひじき・醤油・塩・ごま 精白米・胚芽米・あさり・ごぼう・三つ葉・醤油・塩・酒 つまみな・玉葱・生揚げ・煮干し・味噌	とろみつき きゅうりゆで	コンコンブル 強力粉・全粒粉・バター・牛乳・砂糖・ごま・青のり ドライイースト	ココアラスク 食パン・ココア・マーガリン・砂糖	ポークビーンズ・アスパラポテトソテー 豚肉・玉葱・パン粉・大豆・にんじん・グリーンピース・トマトケチャップ・ソース アスパラ・じゃが芋・油・塩 パン・スープ
火	11 25	牛肉とアスパラのオムレツ たけのこ味噌煮 青のりごはん 中華風きくらげスープ	牛肉・玉葱・アスパラ・トマト・油・塩・卵・バター・牛乳・塩 たけのこ・生揚げ・にんじん・絹さや・砂糖・酒・味噌・醤油・豆腐 精白米・胚芽米・青のり 春雨・きくらげ・えのき・長葱・青菜・塩・醤油・ごま油・かつおだし	とろみつき 絹豆腐	アーモンドラスク 食パン・マーガリン・アーモンド・砂糖・桜海老	きなこおにぎり 精白米・胚芽米・きな粉・砂糖・塩	マーボーうどん・きゅうりとわかめ酢の物 干しうどん・豚肉・生姜・にんじん・長葱・干し椎茸・豆腐・味噌・油・片栗粉 かつおだし・塩・醤油・みりん・ニラ きゅうり・わかめ・しらす・酢・砂糖・醤油・塩 くだもの
水	12 26	鮭のパン粉焼き ハワイアンサラダ バターロール ニラスープ	鮭・にんにく・酒・塩・パン粉・パセリ・オリーブ油 キャベツ・みかん缶・きゅうり・パイナップル缶・干しぶどう・油・酢・砂糖・塩 バターロール ニラ・玉葱・えのき・青菜・塩・醤油・片栗粉・かつおだし		たけのこおこわ 精白米・もち米・たけのこ・にんじん・ひじき・油揚げ 油・醤油・塩・みりん	大学芋 さつまいも・油・砂糖・醤油・ごま	豆腐チャンプル・大学芋 豆腐・ニラ・もやし・にんじん・ベーコン・削り節・醤油・油・片栗粉・塩
木	13 27	豆腐のつくね揚げ 三色野菜のお浸し グリーンピースごはん じゃが芋と豆乳の味噌汁	豆腐・ひじき・かつおだし・にんじん・鶏肉・万能ねぎ・卵・塩・醤油・片栗粉・油 キャベツ・小松菜・にんじん・かつお節・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・もち米・グリーンピース・塩・酒 じゃが芋・玉葱・青菜・味噌・煮干し・豆乳		スパゲティミートソース スパゲティ・豚肉・牛肉・玉葱・にんじん・干し椎茸・ トマト缶・ケチャップ・パセリ・油・塩・チーズ	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	牛丼・大根きゅうりの梅おほかササラダ 米・牛肉・玉葱・白滝・椎茸・醤油・酒・みりん・砂糖 大根・きゅうり・梅日塩・ 削り節・砂糖・酢・かつおだし・醤油 スープ・くだもの
金	14 28	カレーライス ひじきのサラダ 菜の花と豆腐のすまし汁	精白米・胚芽米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・小麦粉・バター・ピーマン・油・りんご・にんにく・生姜・塩・牛乳・ソース・ケチャップ・醤油 ひじき・醤油・きゅうり・にんじん・鶏ささみ・塩・マヨネーズ・オリーブ油・酢 菜花・豆腐・塩蔵わかめ・塩・酒・醤油・かつおだし		いもけんぴ さつまいも・油・メープルシロップ	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・にんじん・ 干し椎茸・塩・醤油	魚の照り焼き・大根そぼろ煮 魚・醤油・酒・みりん 大根・豚肉・砂糖・醤油・みりん
土	1 15	きつねうどん かぶときゅうりの漬物 みかんゼリー	干しうどん・鶏肉・油揚げ・にんじん・椎茸・キャベツ・長葱・青菜・醤油・酒・塩 かぶ・かぶ葉・きゅうり・刻み昆布・塩 みかんジュース・水・砂糖・アガー		ラスク・小魚 レーズンパン/バターロールなど マーガリン 砂糖 食べる小魚		
月	3 17	子持ちししゃも 春キャベツサラダ パエリア 若竹スープ	子持ちししゃも キャベツ・きゅうり・にんじん・塩・ゆかり 精白米・胚芽米・えび・イカ・鶏肉・玉葱・トマト・ピーマン・にんにく・サフラン・バター・オリーブ油・塩 たけのこ・塩蔵わかめ・えのき・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし		マカロニきなこ マカロニ・きな粉・砂糖・塩	イチゴジャムサンド 食パン・イチゴジャム	ドライカレー・ひじき大豆煮 米・豚肉・玉葱・にんじん・ピーマン・大蒜・生姜・油・ケチャップ・小麦粉 バター・カレー粉 ひじき・大豆・にんじん・砂糖・醤油・いんげん 味噌汁・くだもの
火	4 18	フィッシュボール ごぼうといんげんのごま味噌和え わかめごはん 油揚げとかぶの味噌汁	白身魚・じゃが芋・卵・バター・塩・油 ごぼう・いんげん・かつおだし・酒・味噌・砂糖・ごま・にんじん 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 油揚げ・かぶ・かぶ葉・きくらげ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し		ひじきケーキ 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・バター・砂糖 牛乳・ひじき・水・豆乳・全粒粉	菜めしとじゃこのおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・塩・青菜・ 海苔・ごま	豆腐ツナハンバーグ・さつま芋のきんぴら 豆腐・まぐろ缶詰・にんじん・玉葱・椎茸・万能ねぎ・パン粉・醤油 さつまいも・にんじん・砂糖・みりん・酒・油
水	5 19	豆腐のあんかけ ほうれん草ののり和え ごはん 大根と玉葱の味噌汁	豆腐・小麦粉・油・豚肉・干し椎茸・にんじん・長葱・砂糖・醤油・片栗粉 ほうれん草・海苔・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米 大根・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し		さつまいも団子 さつまいも・白玉粉・黒砂糖・きな粉	ダイスチーズパン ダイスチーズ入りソフトフランス	鮭のタンドリー風・かぼちゃサラダ 鮭・ヨーグルト・ケチャップ・醤油・カレー粉・にんにく・パン粉・油 かぼちゃ・きゅうり・干しぶどう・酢・油・塩 ダイスチーズパン・スープ
木	6 20	魚の南部焼き 野菜のごま酢和え たけのこごはん 豆腐となめこの味噌汁	魚・みりん・醤油・ごま きゃべつ・にんじん・小松菜・ごま・砂糖・酢・塩 精白米・胚芽米・たけのこ・にんじん・油揚げ・醤油・塩・酒 豆腐・なめこ・長葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し		イチゴクリームサンド 食パン・生クリーム・いちご・砂糖	和風ツナおにぎり 精白米・胚芽米・まぐろ缶詰・玉葱・油 醤油・みりん・海苔・	肉じゃが・きゅうりの梅肉和え 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・絹さや・砂糖・酒・醤油・油 きゅうり・塩・梅日塩 和風ツナごはん・すまし汁
金	7 21	和風ハンバーグ 切干サラダ レーズンパン 春野菜スープ	鶏肉・長葱・にんじん・きくらげ・ひじき・生姜・卵・かつおだし・パン粉・塩・砂糖・みりん・酒・醤油・片栗粉 切干大根・きゅうり・にんじん・ほたて缶・マヨネーズ・塩 レーズンパン たけのこ・うど・絹さや・青菜・塩蔵わかめ・塩・醤油・かつおだし		鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・ごま・大葉(幼児)・海苔	やきいも さつまいも	鶏南蛮うどん・さつまいもりんごジュース煮 干しうどん・鶏肉・長葱・にんじん・青菜・醤油・塩・かつおだし さつまいも・りんごジュース・砂糖 くだもの
土	8 22	田舎うどん キャベツの土佐酢和え フルーツポンチ	干しうどん・豚肉・にんじん・長葱・椎茸・青菜・味噌 キャベツ・塩・醤油・酢・砂糖・削り節・にんじん みかん缶・桃缶・パイナップル缶・砂糖・水・干しブドウ		パン・小魚 パン・小魚 くだもの・牛乳		

*エネルギー 555kcal たんぱく質 23.3g 脂質 18.4g *0,1才のみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。*3時の牛乳は豆乳入りです *材料の関係で献立が変更になることもあります。