

# 2021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	12 26	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・じゃがいも・玉葱・人参・薄力粉・バター・カレー粉・ピーマン・油・りんご・にんにく・生姜・塩・牛乳・ソース・醤油・ケチャップ 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 菜の花・豆腐・塩蔵わかめ・塩・酒・醤油・かつおだし	ひき肉 野菜ゆでる	スイートポテト さつまいも・砂糖・牛乳・バター  牛乳・くだもの	塩パン 塩パン  麦茶	魚のトマト煮・コロコロサラダ 魚・小麦粉・玉葱・トマト缶・ケチャップ・パセリ・油・塩 じゃがいも・人参・きゅうり・コーン・塩・油・酢 塩パン・スープ
火	13 27	豆腐のあんかけ ほうれんそうの海苔和え ごはん だいこんと玉葱の味噌汁	豆腐・薄力粉・なたね油・豚ひき・干し椎茸・長葱・にんじん・素精糖・醤油・片栗粉 ほうれんそう・海苔・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米 だいこん・玉葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し		レーズンクッキー・ゆでそら豆 小麦粉・ベーキングパウダー・バター・砂糖・牛乳・レーズン 塩・全粒粉 空豆・塩 牛乳・くだもの	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・人参 干し椎茸・塩・醤油 麦茶	魚のごま味噌焼き・さつまいもと刻み昆布の煮物 魚・酒・味噌・ごま さつまいも・刻み昆布・みりん・砂糖・醤油 ほたてごはん・すまし汁
水	14 28	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 かぶと油揚げの味噌汁	白身魚・じゃがいも・卵・バター・塩・なたね油・米油 ごぼう・いんげん・にんじん・かつおだし・酒・味噌・素精糖・ごま 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ かぶ・油揚げ・青菜・きくらげ・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	野菜ゆでる	マカロニきなこ マカロニ・きなこ・素精糖・塩 牛乳・くだもの	じゃこ入りガーリックおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・人参・にんにく 油・塩 麦茶	高野豆腐のオランダ煮・きゅうりの梅肉和え 高野豆腐・片栗粉・油・人参・砂糖・醤油・味噌・かつおだし きゅうり・塩・梅びしお じゃこ入りガーリックライス・すまし汁
木	1 15	たけのこごはん ぶりの南部焼き 野菜のごま酢和え 豆腐となめこの味噌汁	精白米・胚芽米・たけのこ・にんじん・油揚げ・醤油・塩・酒 ぶり・みりん・醤油・ごま キャベツ・にんじん・小松菜・ごま・上白糖・酢・塩 豆腐・なめこ・長葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し	とろみつき 野菜ゆでる	黒糖ラスク 食パン・黒砂糖・バター 牛乳・くだもの	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	煮込みハンバーグ・いんげんとコーンのマリネ 合い挽き・玉葱・パン粉・かつおだし・塩・油・トマトケチャップ・ウスターソース 片栗粉 いんげん・コーン・玉葱・油・酢・塩 ごはん・スープ
金	2 16 30	鮭のパン粉焼き ハワイアンサラダ バターロール アスパラスープ	生鮭・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・パイン缶・干しぶどう・なたね油・酢・素精糖・塩 バターロール(卵入り) アスパラ・鶏ささみ・片栗粉・絹さや・椎茸・長葱・塩・醤油・かつおだし	とろみつき 野菜ゆでる 食パンスティックつ	たけのこおこわ 精白米・胚芽米・もち米・たけのこ・にんじん・ひじき・ 油揚げ・なたね油・醤油・塩・みりん 牛乳・くだもの	じゃこ入りおにぎり さつまいも・油・砂糖・醤油・ごま 麦茶	五目うどん・大学芋 干しうどん・油揚げ・豚肉・ごぼう・人参・椎茸・青菜・醤油・塩・酒 くだもの
土	3 17	きつねうどん あけぼのポテト ゼリー	干しうどん・鶏ひき・油揚げ・にんじん・椎茸・キャベツ・長葱・青菜・醤油・酒・塩 じゃがいも・塩・マヨネーズ・ケチャップ・砂糖 100%ジュース・素精糖・アガー・水		パン・小魚 ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) 牛乳・くだもの		
月	5 19	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め コールスローサラダ オニオンスープ	精白米・胚芽米 鶏むね肉・塩・素精糖・酒・薄力粉・菜種油・ケチャップ・ソース コーン・人参・キャベツ・きゅうり・油・塩・酢 玉葱・パセリ・油・塩	野菜ゆでる	クリームサンド 食パン・いちごジャム・生クリーム 牛乳・くだもの	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・かつお節・ごま・醤油 みりん 麦茶	魚の梅焼き・じゃが芋の炒め煮 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・砂糖 じゃがいも・いんげん・人参・油・醤油・砂糖 焼きおにぎり・味噌汁
火	6 20	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	牛ひき・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・素精糖・酒・味噌・醤油 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 豆腐	ポンデケージョ 白玉粉・牛乳・バルサンチーズ・なたね油 牛乳・くだもの	じゃがバター じゃがいも・バター・塩・青のり 麦茶	味噌ラーメン・じゃがバター 中華麺・豚肉・長葱・人参・もやし・コーン・青菜・味噌・油 くだもの
水	7 21	ピースごはん 豆腐のつくね揚げ 三色野菜のお浸し じゃがいもの豆乳味噌汁	精白米・胚芽米・グリーンピース・塩・酒 豆腐・ひじき・かつおだし・にんじん・鶏ひき・万能ねぎ・卵・塩・醤油・片栗粉・なたね油 キャベツ・小松菜・にんじん・削り節・醤油・かつおだし じゃがいも・玉葱・青菜・味噌・煮干し・豆乳	野菜ゆでる	さつまいもチーズもち さつまいも・片栗粉・とろけるチーズ・マーガリン 牛乳・くだもの	梅ツナごはんおにぎり 精白米・胚芽米・油・玉葱・ツナ缶 梅びしお・味噌 麦茶	鶏肉のはちみつ焼き・かぶのあちら漬け 鶏もも肉・醤油・はちみつ・にんにく かぶ・きゅうり・塩・酢・砂糖 梅ツナごはん・すまし汁
木	8 22	あさりごはん さわらの海苔味噌焼き きゅうりのひじき和え つまみなの味噌汁	精白米・胚芽米・あさりむきみ・ごぼう・三つ葉(幼児のみ)・醤油・酒・塩 さわら・味噌・マヨネーズ・青のり きゅうり・ひじき・醤油・塩・ごま つまみな・玉葱・生揚げ・煮干し・味噌	とろみつき きゅうりゆでる	スパゲティミートソース スパゲティ・玉葱・牛ひき・豚ひき・人参・干し椎茸・トマト缶 ケチャップ・バルサンチーズ・塩・なたね油・パセリ 牛乳・くだもの	きなこラスク 食パン・きなこ・マーガリン・砂糖 麦茶	マーボー豆腐・大根の華風和え 豆腐・豚ひき肉・長葱・ニラ・人参・ごま油・にんにく・生姜・味噌・醤油・砂糖 片栗粉 大根・人参・きゅうり・塩・砂糖・酢・ごま油 ごはん・スープ
金	9 23	和風ハンバーグ 切干サラダ ごはん 春野菜スープ	鶏ひき・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・素精糖・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 精白米・胚芽米 たけのこ・うど・きぬさや・青菜・塩蔵わかめ・塩・醤油・かつおだし	とろみつき 野菜ゆでる	鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・ごま・大葉(幼児)・海苔 くだもの・牛乳	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・昆布・醤油・砂糖・みりん 酒・ごま	魚のみぞれ煮・ひじきの煮物 魚・片栗粉・油・かつおだし・醤油・酒・大根 ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・いんげん・油・砂糖・醤油・酒・みりん 昆布ごはん・味噌汁
土	10 24	田舎うどん キャベツの磯和え フルーツポンチ	干しうどん・豚ひき・にんじん・長葱・椎茸・青菜・味噌 キャベツ・青のり・醤油・かつおだし みかん缶・パイン缶・もも缶・レーズン・上白糖		ラスク・チーズ ソフトフランス生地パン/バターロール生地パン・ マーガリン・素精糖 一口チーズ くだもの・牛乳		

\* 乳児)エネルギー459kcal たんぱく質19.2g 脂質15.1g \* 幼児)エネルギー585kcal たんぱく質24.5g 脂質19.3g

\* 0才児クラスのみ 朝の牛乳(豆乳入り)があります。\* 3時のおやつは、牛乳(豆乳入り)とくだものがつきます。 \* 材料の関係で献立が変更になることもあります。