

# 2022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	11 25	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・人参・油揚げ・醤油・塩・酒・かつおだし 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・米酢・塩 豆腐・なめこ・長葱・塩蔵わかめ・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	とろみ別皿 野菜ゆで(柔らか)	和風ラスク 食パン(卵なし)・マーガリン・ごま・青のり くだもの・牛乳	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・かつおだし 麦茶	つくねだんご・ひじきの煮物 鶏ひき・玉葱・生姜・パン粉・醤油・かつおだし・素精糖・みりん・酒 ひじき・干し椎茸・人参・油揚げ・いんげん・なたね油・素精糖・醤油・酒・かつおだし ほたてごはん・すまし汁
火	12 26	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・じゃがいも・卵・バター・塩・米油 ごぼう・いんげん・にんじん・酒・味噌・素精糖・ごま・かつおだし 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 油揚げ・かぶ・かぶ菜・塩蔵わかめ・味噌・煮干し・かつおだし	野菜ゆで(柔らか)	マカロニきなこ マカロニ・きなこ・素精糖・塩 くだもの・牛乳	ジャムラスク 食パン(卵なし)・ジャム 麦茶	豆腐のチャンプル・だいこんそぼろ煮 豆腐・ニラ・もやし・にんじん・ベーコン・削り節・醤油・なたね油・片栗粉・塩 だいこん・豚ひき・素精糖・醤油・みりん・かつおだし ごはん・スープ
水	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・塩蔵わかめ・玉葱・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	野菜ゆで(柔らか)	チーズじゃがもち じゃがいも・片栗粉・パセリ・チーズ・マーガリン・塩・水 くだもの・牛乳	梅ツナおにぎり 精白米・胚芽米・なたね油・まぐろ缶・ 梅びしお・味噌 麦茶	煮魚・きゅうりのしらす和え 魚・醤油・酒・素精糖・みりん・かつおだし きゅうり・しらす・醤油・米酢(乳児はだし醤油味) 梅ツナごはん・すまし汁
木	14 28	和風ハンバーグ 切干サラダ バターロール 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 バターロール(卵・乳入り) たけのこ・うど・絹さや・塩蔵わかめ・塩・かつおだし・こんぶだし	野菜ゆで(柔らか)	鮭おにぎり 精白米・胚芽米・甘塩鮭・ごま・海苔・大葉(幼児) くだもの・牛乳	大学芋 さつまいも・菜種油・素精糖・醤油・ごま 麦茶	ドライカレー・大学芋 精白米・胚芽米・豚ひき・玉葱・人参・ピーマン・にんにく・生姜・なたね油・ ケチャップ・アレルギー用ルウ・塩 味噌汁・くだもの
金	1 15	回鍋肉 さつまいもと刻み昆布の煮物 ごはん 菜の花と豆腐のすまし汁	豚肉・醤油・酒・なたね油・キャベツ・ピーマン・にんじん・味噌・醤油・素精糖・片栗粉 さつまいも・刻み昆布・みりん・素精糖・醤油 精白米・胚芽米 菜の花・豆腐・塩蔵わかめ・塩・酒・醤油・かつおだし・こんぶだし	ひき肉	ポンデケージョ じゃがいも・片栗粉・上新粉・バルメザンチーズ くだもの・牛乳	しょうがごはんおにぎり 精白米・胚芽米・生姜・油揚げ・にんじん・ 酒・塩・醤油・海苔 麦茶	魚のおろし煮・かぶとキャベツの浅漬け 魚・片栗粉・なたね油・大根・醤油・みりん・かつおだし かぶ・青菜・キャベツ・塩 しょうがごはんおにぎり・味噌汁
土	2 16 30	五目うどん あけぼのポテト フルーツポンチ	干しうどん・油揚げ・豚ひき・ごぼう・にんじん・椎茸・長葱・青菜・醤油・塩・酒・かつおだし・昆布だし じゃがいも・塩・マヨネーズ・トマトケチャップ・素精糖 みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・干しぶどう		パン・小魚 ソフトフランス生地/バターロール生地パン・ジャム 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳		
月	4 18	カレーライス ひじきのサラダ 若竹スープ	精白米・胚芽米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・薄力粉・バター・カレー粉・ピーマン・なたね油・生姜・にんにく・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・米酢 たけのこ・塩蔵わかめ・えのき・青菜・ごま・塩・醤油・かつおだし・こんぶだし	ひき肉 野菜ゆで(柔らか)	クリームサンド 食パン(卵なし)・いちごジャム・生クリーム くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	松風焼き・高野豆腐の煮物 豚ひき・鶏ひき・長葱・玉葱・パン粉・味噌・生姜・ごま 高野豆腐・にんじん・干し椎茸・いんげん・素精糖・醤油・みりん・酒 ゆかりごはん・味噌汁
火	5 19	ツナそぼろ きゅうりのひじき和え ごはん つまみ菜の味噌汁	まぐろ缶(油・水煮)・高野豆腐・にんじん・生姜・ごま・醤油・素精糖・みりん・酒 きゅうり・ひじき・醤油・塩・ごま 精白米・胚芽米 つまみ菜・玉葱・生揚げ・煮干し・かつおだし・味噌		スパゲティナポリタン スパゲティ・玉葱・牛ひき・人参・ピーマン・トマト水煮・ケチャップ バルメザンチーズ・塩・なたね油 くだもの・牛乳	きなこラスク 食パン・きなこ・素精糖・マーガリン 麦茶	豆腐のカニあん・かぶとわかめの甘酢和え 豆腐・薄力粉・なたね油・にんじん・長葱・椎茸・青菜・かに缶・片栗粉・塩 かぶ・青菜・塩蔵わかめ・米酢・上白糖・塩(乳児は、酢なし、だし醤油味) ごはん・すまし汁
水	6 20	豆腐のつくね揚げ 三色お浸し グリーンピースごはん じゃがいもと豆乳の味噌汁	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・米油 キャベツ・小松菜・にんじん・削り節・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・生グリーンピース・塩・酒 じゃが芋・玉葱・青菜・味噌・豆乳・煮干し・かつおだし		塩レーズンクッキー・ゆでそら豆 薄力粉・ベーキングパウダー・バター・牛乳・レーズン・ 塩・全粒粉 空豆・塩 くだもの・牛乳	焼肉おにぎり 精白米・胚芽米・豚ひき・なたね油・人参 塩・酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま 麦茶	魚の照り焼き・切干大根煮 魚・醤油・酒・みりん 切干大根・にんじん・干し椎茸・油揚げ・なたね油・醤油・ みりん・いんげん 焼肉おにぎり・スープ
木	7 21	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・なたね油・塩・卵・バター・牛乳・塩 たけのこ・生揚げ・にんじん・きぬさや・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・こんぶだし	豆腐	いもけんぴ さつまいも・メープルシロップ・米油 くだもの・牛乳	じゃこガーリックおにぎり 精白米・胚芽米・しらす・にんにく・人参 なたね油・塩・かつおだし 麦茶	魚のチーズ焼き・わかめとコーンのサラダ 魚・チーズ 塩蔵わかめ・キャベツ・コーン・トマト・醤油・米酢・菜種油・塩・素精糖 じゃこ入りガーリックごはん・クリームスープ
金	8 22	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・きゅうり・みかん缶・パイン缶・レーズン・なたね油・米酢・素精糖・塩 バターロール(卵・乳入り) アスパラ・ささみ・片栗粉・絹さや・椎茸・長葱・塩・醤油・かつおだし・こんぶだし	とろみ別皿 野菜ゆで(柔らか) 食パンスティック付	たけのこおこわ 精白米・胚芽米・もち米・たけのこ・ひじき・人参・油揚げ・ なたね油・醤油・塩・みりん くだもの・牛乳	スイートポテト さつまいも・素精糖・豆乳 麦茶	三色ごはん・さつまいも茶巾 精白米・胚芽米・鶏ひき・青菜・削り節・にんじん・素精糖・醤油・塩・かつおだし 味噌汁・くだもの
土	9 23	きつねうどん さつまいものサラダ 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・かつおだし・こんぶだし さつまいも・にんじん・りんご・きゅうり・マヨネーズ・オリーブ油・米酢・塩 100%ストレートジュース・アガー・素精糖	野菜ゆで(柔らか)	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427kcal たんぱく質17.8g 脂質14.2g \* 幼児)エネルギー548kcal たんぱく質22.8g 脂質18.2g

\* 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。