

31年度

3色栄養食材 ☆ 献立表 「4月」

エンジェル保育園

日	曜	献立	おやつ	未満児おやつ	赤(血や肉になる食品)	黄(力や肉になる食品)	緑(体の調子を整える食品)
1	月	筑前煮 マカロニサラダ 小松菜とコーンのスープ	牛乳 ごまマフィン	ビスケット	鶏肉 ハム ベーコン	こんにやく 砂糖 マカロニ マヨネーズ	蓮根 ごぼう 人参 椎茸 キャベツ 胡瓜 小松菜 玉葱 コーン
2	火	梅しそ鶏つくね きんぴらごぼう そうめん	牛乳 ちくわのねぎ焼き	クラッカー	鶏肉 豆腐 卵 ふかし み	パン粉 砂糖 ごま こんにやく そうめん	玉葱 生姜 ごぼう 人参
3	水	肉じゃが パンパンジーサラダ ワンタンスープ	牛乳 パインゼリー	ポーロ	鶏肉 豚肉	じゃが芋 こんにやく 砂糖 ごま ごま油 ワンタン	玉葱 人参 もやし 水菜 キャベツ 大根 ねぎ
4	木	ポテトのマヨネーズ焼き 冷しゃぶサラダ	牛乳 大豆と小魚のごまからめ	ウエハース	ツナ チーズ 鶏肉 豆腐 うすあげ わかめ みそ	じゃが芋 マヨネーズ パン粉 ごま 砂糖	ピーマン 胡瓜 人参 キャベツ
5	金	桜寿司ごはん 鶏のからあげ もやしのナムル わかめスープ	牛乳 桜クッキー	カステラ	鶏肉 卵 ツナ ベーコン	砂糖 片栗粉 油 ごま油	生姜 もやし 小松菜 玉葱 人参
6	土	焼きそば バナナ 牛乳	お茶 袋菓子	せんべい	豚肉 牛乳	中華めん	玉葱 キャベツ 人参 ピーマン バナナ
8	月	白身魚のあんかけ 青菜と卵の和え物 大根とあげの味噌汁	牛乳 コロコロラスク	コーンフレーク	白身魚 卵 うすあげ 味噌	片栗粉 油 砂糖	えのき 人参 小松菜 もやし 大根 しめじ
9	火	切干大根の卵焼き さつま芋と大豆の煮物 鶏団子スープ	牛乳 フルーツポンチ	ビスケット	卵 ベーコン 大豆 鶏肉	さつま芋 こんにやく 砂糖 片栗粉	切干大根 ねぎ 人参 椎茸 白菜
10	水	豚肉のしょうが焼き 白菜のおかか和え じゃが芋の味噌汁	牛乳 くるくるパイ	クラッカー	豚肉 うすあげ かつお節 わかめ 味噌	砂糖 じゃが芋	玉葱 人参 ピーマン 生姜 白菜 小松菜
11	木	ツナと豆腐の落とし揚げ ひじきの煮物 ポトフ	牛乳 ココア蒸しパン	ポーロ	豆腐 ツナ 卵 ひじき うすあげ 豚肉 ウィンナー ベーコン	小麦粉 油 マヨネーズ 砂糖 じゃが芋	人参 玉葱 インゲン キャベツ
12	金	ちくわのごまからめ ブロッコリーと蓮根のサラダ 豚汁	牛乳 ちんすこう	ウエハース	ちくわ ベーコン 豚肉 みそ	砂糖 ごま 片栗粉 マヨネーズ 油 じゃが芋 こんにやく	ブロッコリー 蓮根 人参 ごぼう ねぎ
13	土	肉うどん りんご 牛乳	お茶 袋菓子	カステラ	豚肉 うすあげ 牛乳	うどん 砂糖	玉葱 まいたけ ねぎ 人参 りんご
15	月	すき焼き風煮 ツナサラダ もやしの味噌汁	牛乳 とりごぼうおにぎり	せんべい	豚肉 豆腐 ツナ 味噌	こんにやく 麩 砂糖 マヨネーズ	ねぎ えのき 白菜 胡瓜 キャベツ 人参 小松菜 もやし
16	火	甘酢肉団子 青菜の磯辺和え けんちん汁	牛乳 さつま芋とりんごの春巻き	チーズ	ミートボール かつお節 豆腐 鶏肉	片栗粉 砂糖 こんにやく	グリーンピース 小松菜 人参 えのき ごぼう 大根
17	水	カレーライス マセドアンサラダ	牛乳 ハムパン	ビスケット	鶏肉 チーズ ハム	じゃが芋 カレールウ マヨネーズ	玉葱 人参 胡瓜 りんご パイン
18	木	鮭ののっけ焼き ごぼうのコールスローサラダ 白菜の味噌汁	牛乳 りんごのパンケーキ	クラッカー	鮭 ハム うすあげ みそ	じゃが芋 マヨネーズ	ごぼう キャベツ コーン 白菜 人参 ねぎ
19	金	かきあげ ゆかり和え 春雨スープ	牛乳 バターシュガートースト	ポーロ	ベーコン 卵 ハム	さつま芋 小麦粉 油 春雨	玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 もやし 白菜
20	土	焼きうどん オレンジ 牛乳	お茶 袋菓子	ウエハース	豚肉 かつお節 牛乳	うどん	キャベツ 人参 玉葱 椎茸 小松菜
22	月	豚肉のBBQソース 切干大根ハリハリ和え 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	カステラ	豚肉 ベーコン ちくわ わかめ うすあげ 味噌 豆腐	砂糖	ピーマン 玉葱 切干大根 胡瓜 なめこ 人参
23	火	マーボー春雨 南瓜サラダ にらたまスープ	牛乳 フライドポテト	せんべい	豚肉 ハム 鶏肉 卵	春雨 片栗粉 ごま油 マヨネーズ	玉葱 人参 生姜 南瓜 胡瓜 えのき ニラ
24	水	豆腐のミートグラタン じゃが芋の炒め物 キャベツとしめじの味噌汁	牛乳 いちごクリームサンド	コーンフレーク	豆腐 豚肉 チーズ 鶏肉 うすあげ しめじ	マカロニ 小麦粉 砂糖 じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン もやし キャベツ しめじ
25	木	ピピンバ 鶏肉の梅焼き ひじきサラダ 中華風コーンスープ	牛乳 バナナクラフティ	ビスケット	鶏肉 豚肉 ツナ ベーコン	油 砂糖 ごま油 マヨネーズ	小松菜 胡瓜 人参 コーン 玉葱
26	金	白身魚のみそマヨ焼き 豚肉と小松菜の和え物 マカロニ入りシチュー	牛乳 ココアプリン	クラッカー	白身魚 味噌 豚肉 鶏肉 牛乳	マヨネーズ 砂糖 ごま油 マカロニ シチュー粉 じゃが芋	人参 小松菜 玉葱
27	土	肉味噌スパゲティ りんご 牛乳	お茶 袋菓子	ポーロ	豚肉 味噌 牛乳	スパゲティ 砂糖	玉葱 人参 もやし 生姜 りんご

- 5日(金)は入園式です。
- 25日(木)は誕生会です。
- 都合により食材が変更になることもあります。

ご入園・ご進級おめでとうございます

子どもたちにとって新しい環境は不安や緊張を抱えるスタートとなることでしょう。一人ひとりが園に慣れ親しんでいく過程は様々ですが、みんなで食事をする雰囲気は安心できる「心のよりどころ」となる場です。園での食事が「楽しい!」という気持ちにつながるよう、給食を進めていきたいと思っています。