



# 4月こんだて



熱量 452kcal タンパク質 16.2g

(あひる)  
吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
12 ・ 26	ごはん ポークビーンズ ブロッコリー塩ゆで	米 豚肉 水煮大豆 じゃが芋 玉葱 人参 マカロニ ケチャップ コンソメ 油 ブロッコリー 塩	マーブルケーキ 小麦粉 ココア 卵 砂糖 マーガリン ベーキングパウダー	5 ・ 19	ごはん 鶏の照り煮 切り干し大根	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 切り干し大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	ねぎ焼き 小麦粉 卵 青葱 鰹だし汁 鰹節 醤油
(月)	味噌汁	麩 玉葱 わかめ 昆布 味噌	牛乳	(月)	澄まし汁	キャベツ 人参 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳
13 ・ 27	ごはん 炒り豆腐 たたきごぼう	米 鶏ミンチ 豆腐 卵 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 ごぼう 砂糖 醤油 白胡麻	りんごゼリー リンゴ果汁 砂糖 ゼラチン 寒天 りんご	6 ・ 20	わかめうどん ポテトサラダ	うどん わかめ 砂糖 醤油 卵 油 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 油	じゃこごはんおにぎり 米 ちりめんじゃこ 砂糖 醤油
(火)	味噌汁	ソーメン 法蓮草 昆布 味噌	牛乳	(火)			牛乳
14	ごはん 煮魚 甘酢和え	米 鮭 砂糖 醤油 胡瓜 人参 大根 酢 砂糖 醤油 片栗粉	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖	7 ・ 21	ごはん ミートローフ 野菜のケチャップ炒め	米 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 人参 卵 パン粉 牛乳 砂糖 醤油 キャベツ 人参 玉葱 コーン コンソメ ケチャップ 油	トースト
(水)	味噌汁	白菜 人参 青葱 昆布 味噌	牛乳	(水)	味噌汁	麩 大根 青葱 昆布 味噌	牛乳
1 ・ 15	ごはん 手羽元のさっぱり煮 野菜の胡麻和え	米 手羽元 砂糖 醤油 酢 キャベツ 法蓮草 人参 砂糖 醤油 すり胡麻	大学芋 薩摩芋 砂糖 酢 醤油 水 黒胡麻	8 ・ 22	ごはん 煮魚 豆腐とひじきの炒め煮	米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 豆腐 ひじき 蓮根 人参 グリンピース 油 砂糖 醤油	オレンジ蒸しパン 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 牛乳 人参 ベーキングパウダー 油 オレンジ缶 オレンジ果汁 牛乳
(木)	味噌汁	豆腐 青葱 昆布 味噌	牛乳	(木)	味噌汁	薩摩芋 青梗菜 昆布 味噌	
2 ・ 16 ・ 30	ごはん クリームシチュー 野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ キャベツ 胡瓜 人参 アスパラ 砂糖 醤油 酢 胡麻油	バナナ 花形ビスケット	9 ・ 23	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 苺1個	米 鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 三度豆 砂糖 醤油 油 苺	きな粉サンド 食パン きな粉 砂糖 マーガリン
(金)			牛乳	(金)	味噌汁	ソーメン ごぼう 小松菜 昆布 味噌	牛乳
3 ・ 17	野菜うどん 南瓜煮	うどん 豚肉 白菜 玉葱 人参 青葱 胡麻油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油	黒糖ロールパン	10 ・ 24	焼きうどん 味噌汁	うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし ピーマン 青のり 鰹節 薄口醤油 豆腐 玉葱 わかめ 昆布 味噌	バターロール
(土)			牛乳	(土)			牛乳
備 考	28日(水)お誕生日会 *ピラフ 米 玉葱 コーン缶 人参 ピーマン コンソメ 塩 *煮魚 鮭 砂糖 醤油 *甘酢和え 胡瓜 人参 大根 酢 砂糖 醤油 片栗粉 *コンソメスープ 白菜 人参 ベーコン 玉葱 コンソメ (おやつ) *メロンパン *牛乳						1日(木)入園式 15日(木)らいおん いちご狩り

\*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。  
\*☆がついているのは新メニューになります。

\*保育園では、あひるぐみは、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)  
ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。