



4月こんだて



熱量 408kcal タンパク質 16.8g (あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
10	ごはん 豆腐のあんかけ煮	米 豆腐 豚ミンチ 玉葱 人参 油 砂糖 醤油 片栗粉	ぶどうゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン	3	ごはん 手羽元のさっぱり煮	米 手羽元 砂糖 醤油 酢	芋ようかん 薩摩芋 砂糖 水 寒天
24	胡瓜の酢漬け	胡瓜 砂糖 醤油 酢		17	胡麻和え	キャベツ 法蓮草 人参 砂糖 醤油 すり胡麻	
(月)	味噌汁	薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(月)	味噌汁	豆腐 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
11	ごはん ひじき入り玉子焼き	米 卵 人参 玉葱 ひじき 砂糖 みりん 醤油	焼きポテト じゃが芋 塩 油	4	ごはん ☆赤魚のサクサク焼き	米 赤魚 お好みソース マヨネーズ パン粉	きな粉サンド 食パン きな粉 マーガリン 砂糖
25	白菜のたいたん	白菜 人参 玉葱 砂糖 醤油		18	パンキンサラダ	南瓜 胡瓜 人参 玉葱 油 砂糖 醤油 酢 胡麻油	
(火)	味噌汁	麩 もやし わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳	(火)	かきたま汁	卵 法蓮草 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳
12	ごはん 鶏煮 野菜のおひたし	米 鶏もも肉 砂糖 醤油 キャベツ 人参 法蓮草 ごぼう 花鰹 砂糖 醤油	コーン入りホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 マーガリン ベーキングパウダー クリームコーン 牛乳	5 19	肉うどん カラフルソテー	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 醤油 ブロッコリー 人参 玉葱 黄ピーマン コンソメ 油 薄口醤油	菜飯とじゃこの おにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 じゃこ
(水)	澄まし汁	大根 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳	(水)			牛乳
13	ごはん クリームシチュー	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ 油	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	6	ごはん 豆腐ハンバーグ	米 豆腐 豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 卵 小麦粉 パン粉 砂糖 みりん 醤油 油	スナックスティックパン
27	シーチキンサラダ	キャベツ 胡瓜 人参 アスパラ シーチキン マヨネーズ	牛乳	20	野菜のケチャップ和え	キャベツ 人参 玉葱 コーン ピーマン ケチャップ コンソメ	
(木)				(木)	味噌汁	麩 人参 昆布 鰹節 味噌	牛乳
14	ごはん 焼魚	米 鯖 塩	(14日)セサミトースト 食パン 砂糖 マーガリン すり胡麻	7	ごはん じゃが芋のそぼろ煮	米 鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	りんごとチーズのケーキ 小麦粉 卵 砂糖 りんご チーズ ベーキングパウダー マーガリン
28	切干大根	切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	(28日)五穀パン 牛乳	21	たたきごぼう	ごぼう 砂糖 醤油 白胡麻	マーガリン 牛乳
(金)	味噌汁	南瓜 法蓮草 昆布 鰹節 味噌		(金)	味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
1	野菜うどん	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	ぶどうパン	8	かしわうどん	うどん 鶏こま 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	黒糖ロールパン
15	じゃが芋のおかか煮	じゃが芋 人参 玉葱 鰹節 砂糖 醤油	牛乳	22	南瓜煮	南瓜 砂糖 醤油	
(土)				(土)			牛乳

26日(水)お誕生日会

備 考

- *ごはん 米
- *鶏煮 鶏もも肉 砂糖 醤油
- *野菜のおひたし キャベツ 人参 法蓮草 ごぼう 花鰹 砂糖 醤油
- *澄まし汁 大根 青葱 昆布 鰹節 薄口醤油
- (おやつ)
- *シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖
- *牛乳

*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。
*☆マークは、新メニューです。

*保育園では、あひるぐみは発芽玄米、麦、きのご類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、筍、ヨーグルト、ベーコン、ハム、こんにゃく、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。