

4月 予定献立表(幼児)

えがお保育園

※午前おやつは1・2歳児のみです。

日付 曜日	午前のおやつ	昼 食	午後のおやつ	昼食に使う主な食材		
				血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を調えるもの
1 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉豆腐・青菜の納豆和え	じゃがもち 牛乳	麩・納豆 豆腐・豚肉	米	なめこ・人参・ほうれん草 椎茸・長ネギ・グリーンピース・人参
2 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
4 18 月	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 白身魚のムニエル・菜種和え 竹の子の炒め煮	大学芋 牛乳	油揚げ 魚(カレイ) 挽肉	米	かぼちゃ 小松菜・コーン 長ネギ・竹の子・椎茸・キャベツ・絹さや
5 19 火	麦茶 せんべい	サケごはん・みそ汁 手作りコロッケ・ミニトマト きのこサラダ	緑のクラッカー 牛乳	魚(サケ) 挽肉	米 じゃがいも	小ネギ・白菜・人参 玉ねぎ・ミニトマト えのき・しめじ・アスパラ・キャベツ
6 20 水	麦茶 米菓子	鶏南蛮うどん インゲンとしめじのごま和え グレープフルーツ	ゆかりおにぎり 牛乳	鶏肉 ツナ	うどん	人参・玉ねぎ・小松菜 インゲン・しめじ・人参 グレープフルーツ
7 21 木	麦茶 チーズ	ごはん・中華スープ ホイコーロー(豚肉とキャベツのみそ炒め) 大根の甘酢和え	お魚トースト 牛乳	ワカメ 豚肉	米	コーン 玉ねぎ・キャベツ・椎茸・ピーマン2色 大根・きゅうり
8 22 金	麦茶 せんべい	ごはん・すまし汁 鶏肉の西京焼き・もやしのソテー ミモザサラダ	マカロニきなこ 牛乳	鶏肉 卵	米	小松菜・えのき もやし・人参 ブロッコリー・ミニトマト
9・23 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				
11 25 月	麦茶 せんべい	ポークカレー かぶのサラダ オレンジ	りんごゼリー &せんべい 牛乳	豚肉 ツナ	米・じゃがいも	玉ねぎ・人参 かぶ・トマト オレンジ
12 26 火	麦茶 クッキー	ごはん・みそ汁 サワラの照り焼き・お浸し ビーフソテー	お好み焼き 牛乳	魚(サワラ) 挽肉	米・里芋 ビーフン	もやし 白菜 玉ねぎ・人参・椎茸・水菜
13 水	麦茶 せんべい	ミートソーススパゲティ ポテトサラダ・りんご	バナナ餃子 牛乳	挽肉	スパゲティ じゃがいも	玉ねぎ・人参 きゅうり・玉ねぎ・コーン・りんご
27 水 誕生会	麦茶 せんべい	お花ごはん・みそ汁 鶏肉の唐揚げ・菜の花の煮浸し いちご	誕生日ケーキ 牛乳	鶏肉・油揚げ	米	コーン・人参・大根 菜の花 いちご
14 木	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁・春雨の和え物 白身魚の野菜あんかけ	野菜ポッキー ジョア(マスカット)	魚(ホキ)	米・春雨	大根・きゅうり・人参・キクラゲ 竹の子・もやし・ニラ
28 木 行事食	麦茶 せんべい	いなりちらし寿司・すまし汁 サケの西京焼き・大根のツナマヨ和え グレープフルーツ	《こどもの日》 みたらしもち 牛乳	油揚げ・麩 魚(サケ)・ツナ	米	椎茸・人参・絹さや・小松菜 大根・とうみょう グレープフルーツ
15 金	麦茶 せんべい	ごはん・みそ汁 肉豆腐・青菜の納豆和え	じゃがもち 牛乳	麩・納豆 豆腐・豚肉	米	なめこ・人参・ほうれん草 椎茸・長ネギ・グリーンピース・人参
16・30 土		ジャムパン・ヨーグルト バナナ				

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子と飲み物がつきます。