

4月 予定献立表

ののかぜ保育園

2019年度 4月	献立名	材料名				おやつ
		力を出すもの	血や肉になるもの	身体の調子を整えるもの	調味料	
(月) 8 22	☆ごはん ☆鶏肉のから揚げ ☆ひじきの炒め煮 ☆すまし汁	米(40) 粉(2) 油	とりもも肉(40)	大根(10)人参(7)糸こんに(5) ひじき(0.3) なめこ(5)ねぎ(1)	だし汁、醤油、塩 醤油、塩、だし汁 砂糖 だし汁、醤油、塩	☆いちご蒸しパン 米粉(20)砂糖(4) いちご(8)B.P(0.6) 豆乳、油(2) ☆果物(30)
(火) 9 23	☆ごはん ☆煮魚 ☆きんぴら ☆みそ汁	米(40)	魚(30)	蓮根(20)人参(5)ピーマン(5) 玉葱(10)大根(10)大根菜(1)	塩、醤油、砂糖 醤油、砂糖、塩 ごま だし汁、味噌、塩	☆五平餅 米(30)味噌、砂糖 片栗粉、だし汁 ☆果物(30)
(水) 10 24	☆麻婆飯 ☆ツナサラダ ☆春雨スープ	米(50) 春雨(2) じゃがいも(10)	豚ひき肉(10) 鶏ひき肉(10) 豆腐(30) ツナ(5)	玉ねぎ(20)人参(10)ニラ(5) キャベツ(20)人参(5) 青菜(4)	味噌、砂糖、出し汁 マヨネーズ、塩 だし汁、醤油、塩	☆米粉パン 米粉(30)B.P(1) 砂糖(1)塩、油(2) ☆果物(30)
(木) 11 25	☆たけのこごはん ☆さわらのみそ焼き ☆ゆかりあえ ☆すまし汁	米(40) 油	さわら(30)	人参(10)たけのこ(10) 春キャベツ(20)人参(5) 玉葱(20)スナップえんどう(7) しめじ(4)	砂糖、味噌、だし汁 ゆかり粉、塩 だし汁、醤油、塩	☆フライドポテト じゃがいも(40) 油、塩 ☆果物(30)
(金) 12 26	☆ご飯 ☆肉じゃが ☆おかかあえ ☆すまし汁	米(40) じゃがいも(20)	豚肉(30)	人参(10)玉ねぎ(10)いんげん(1) 糸こんにやく(4) ほうれん草(20)人参(5) もやし(10)えのき(2)わかめ	だし汁、醤油、砂糖 だし汁、醤油、塩 だし汁、醤油、塩	☆人参ケーキ 米粉(20)砂糖(4) 人参(10)B.P(0.6) レモン汁、油、豆乳 ☆果物(30)
(土) 13 27	☆チャーハン ☆オープン焼き ☆すまし汁	米(40) さつまいも(20)	豚ひき肉(20)	玉ねぎ(25)人参(7)ピーマン(2) たけのこ(8)ねぎ(1.5)	塩、醤油 塩、油 だし汁、醤油、塩	☆レーズンケーキ 米粉(20)BP(0.6)砂糖(4) レーズン、油、豆乳 ☆果物(30)

4月予定献立表

ののかぜ保育園

2019年度 4月	献立名	材料名				おやつ
		力を出すもの	血や肉になるもの	身体の調子を整えるもの	調味料	
(月) 1 15	☆ハヤシライス ☆コールスローサラダ ☆スープ	米(50)片栗粉 じゃがいも(20) コーン(3)	豚肉(35)	玉葱(20)人参(10)グリーンピース(2) キャベツ(20)りんご(10)人参(5) アスパラ(10)大根(10)	だし汁、醤油、味噌 ケチャップ、砂糖 マヨネーズ、塩 だし汁、醤油、塩	☆ブラウニー 米粉(20)砂糖(5) ココア(1)油(3) B.P(0.6)豆乳 ☆果物(30)
(火) 2 16	☆ごはん ☆魚の磯辺焼き ☆五目大豆煮 ☆みそ汁	米(40) 油	かじき(30) 大豆(10)	大根(15)人参(7) 絹さや(3)こんにゃく(5) 白菜(10)新玉ねぎ(10) わかめ(1)	青のり、塩、醤油 だし、醤油、砂糖 だし、味噌、塩	☆ゼリー りんごジュース(40) 砂糖、寒天(0.3) ☆果物(30)
(水) 3 17	☆ごはん ☆鶏と野菜のオープン焼き ☆人参サラダ ☆スープ	米(40) じゃがいも(30) 油	鶏肉(40)	人参(15)キャベツ(10)アスパラ(5) もやし(6)ニラ(1)	塩、だし汁、醤油 マヨネーズ、塩 だし汁、醤油、塩	☆おかかおにぎり 米(30)かつお節、醤油 ☆果物(30)
(木) 4 18	☆ゆかりごはん ☆鮭の塩焼 ☆旨煮 ☆味噌汁	米(40) 油 こんにゃく(7)	鮭(30) 豆腐(10)	人参(15)大根(15) 青菜(5)しいたけ(5) しめじ(5)三つ葉(1)	ゆかり粉 塩、醤油 醤油、砂糖、だし汁 だし汁、味噌、塩	☆じゃがいものスコーン じゃがいも(40)上新粉(10) B.P(0.6)砂糖(3)油(5)塩 ☆果物(30)
(金) 5 19	☆ごはん ☆ミートローフ ☆ナムル ☆スープ	米(40) 油、片栗粉 ごま油 コーン(5)	豚ひき肉(25) 鶏ひき肉(15)	玉葱(10) ほうれん草(20)もやし(5)人参(5) 新玉ねぎ(15)	だし汁、醤油、塩 醤油、砂糖、塩 酢 だし汁、醤油、塩	☆米粉ボール 豆腐(30)米粉(6) 砂糖(4)塩、かぼちゃ ☆果物(30)
(土) 6 20	☆あんかけ丼 ☆のり和え ☆汁	米(40) じゃがいも(10)	豚肉(20)	玉ねぎ(25)人参(7)白菜(10) 絹さや(3) 春キャベツ(20)人参(5) ねぎ(2)えのき(2)	塩 だし汁、醤油、砂糖 醤油、塩、だし汁 のり 醤油、塩、だし汁	☆大学芋 さつまいも(50)醤油 砂糖、黒ゴマ ☆果物(30)