

献立表

2023年04月

土古おおぞら保育園

日付	献立名	材料名			おやつ (○は午後おやつ)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	(○は午後おやつ材料) 体の調子を整えるもの	
03 17 月	ごはん 鶏のすき煮 酢の物	七分つき米、砂糖、菓子	鶏もも肉、しらす干し	はくさい、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ねぎ、しいたけ、カットわかめ	○お菓子
04 18 火	ごはん 煮魚 ごまあえ オレンジ	七分つき米、○干しうどん、砂糖、○油、ごま	かじき、○豚肉、○かつお節	オレンジ、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、○キャベツ、○にんじん	○焼うどん
05 19 水	ごはん チャンプルー かぼちゃの甘煮	七分つき米、○食パン、○砂糖、砂糖、○油、ごま油	木綿豆腐、豚肉、○バター	かぼちゃ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん	○ラスク
06 20 木	中華飯 わかめスープ キャンディーチーズ	○じゃがいも、七分つき米、○片栗粉、片栗粉、油、○油、ごま油	豚肉、チーズ、	はくさい、たまねぎ、にんじん、もやし、ねぎ、コーン缶、カットわかめ	○いももち
07 金	食パン ポテトグラタン マカロニ入りトマトスープ	食パン、じゃがいも、○七分つき米、上新粉、マカロニ、油、○油、○砂糖	牛乳、鶏もも肉、とろけるチーズ、ハム	たまねぎ、にんじん、トマトジュース缶、トマト、グリーンピース、にんにく、キャベツ	○おやき
08 22 土	きつねうどん チーズ(キャンディー)	ゆでうどん、菓子	油揚げ、チーズ	たまねぎ、ねぎ、にんじん	○お菓子
10 24 月	ごはん みそけんちん汁 青菜炒め 味付け小魚	七分つき米、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○砂糖、ごま油、○油、油	木綿豆腐、○牛乳、豚肉、赤みそ、○バター、味付け小魚(ごま付き)	だいこん、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、ねぎ、えのきたけ	○ホットケーキ
11 25 火	ツナスパゲッティ キャベツとみかんの ドレッシング和え バナナ	スパゲッティ、油、砂糖、○マヨドレ	ツナ油漬缶	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん缶、きゅうり、ピーマン、○塩こんぶ、○焼きのり、○スナッペンどう	○おにぎり(昆布)、スナッペンどう
12 26 水	まぜごはん 鶏肉の照焼き すまし汁	七分つき米、○小麦粉、○砂糖、油、砂糖、○ココア	鶏肉、○牛乳、油揚げ、○バター	にんじん、たまねぎ、たけのこ、しめじ、カットわかめ、さやえんどう、みつば	○ココアマールケーキ
13 27 木	コッペパン 鮭のフライ キャベツとコーンの コールスローサラダ コンソメスープ	コッペパン、じゃがいも、○砂糖、パン粉、油、小麦粉、マヨドレ	さけ、ツナ油漬缶	○りんご濃縮果汁、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ウスターソース、○アガー	○りんごゼリー
14 28 金	ごはん カレー肉じゃが おひたし	じゃがいも、七分つき米、○ぎょうざの皮、砂糖、○マヨドレ	豚肉、○しらす干し、かつお節	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、コーン缶、いんげん、○あおのり	○じゃこチップ
15 土	豚丼、チーズ(キャンディー)	砂糖、油、菓子	豚肉(ばら)、チーズ	たまねぎ、にんじん、ねぎ	○お菓子
21 金	★誕生日会メニュー チキンライス 豆腐とクリームコーンの スープ フルーツミックス	○油、○米粉、○片栗粉、○砂糖	絹ごし豆腐、○豆乳、鶏肉	たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶、もも缶、みかん缶、パイン缶、エリンギ、あさつき、○マーマレード、グリーンピース、○にんじん	○キャロットケーキ

※こんだては多少変更する場合があります。

※ハム、ベーコン、ちくわはアレルギーの有無に関係なく卵・乳不使用の製品を使用します。

※食べたことの無い食材がある場合は、保育園での喫食が初めてにならないよう各家庭で食べてきてください。