

2022年4月 献立表【幼児食】

*補食(18:30のおやつ)・・・野菜ジュース・おせんべい・クッキー・パン・ゼリー **しのめ会 聖星保育園**

日付	曜日	朝おやつ		主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート	午後おやつ	
		乳児	幼児								
1	金	ミレービスケット 牛乳	麦茶	お赤飯 (米、もち米、小豆)	あられ肉団子 (鶏ひき肉、木綿豆腐、玉ねぎ、しょうが、みりん、鶏がら、しょう油、片栗粉、玉色あられ)	たけのこの土佐煮 (たけのこ、にんじん、しょう油、砂糖、かつお節)	菜の花の和え物 (菜の花、もやし、みそ、酢、砂糖)	すまし汁 スープ (レタス、かぼちゃ、コンソメ)		ミルクブレッド、牛乳	
2	土	クラッカー 牛乳	麦茶		ツナと玉ねぎのみそマヨうどん (うどん、ツナ缶、玉ねぎ、しめじ、小ねぎ、マヨネーズ、みそ、めんつゆ)				夏みかん	チキンライスおにぎり、牛乳	
4	月	ブルー 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かれのい煮つけ (かれい、酒、しょう油、砂糖、みりん、しょうが)	チンゲン菜の中華炒め (チンゲン菜、きくらげ、コンソメ、オイスターソース、しょうが)	きんぴらサラダ (にんじん、ごぼう、しょう油、マヨネーズ、スキムミルク)	ごま風味みそ汁 (赤菜、鶏ひき肉、みそ、すりごま)		春色クッキー、牛乳 (小麦粉、バター、砂糖、ストロベリーパウダー)	
5	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉とじゃが芋の炒め物 (豚肩肉、じゃが芋、玉ねぎ、しょう油、砂糖、みそ、にんにく、バター)	かぶのとりみ煮 (かぶ、かぶの葉、にんじん、鶏がら、しょうが、片栗粉)	茹でそら豆 (そら豆、塩)	すまし汁 スープ (油揚げ、筍、大根、しょう油、塩)		チーズブレッド、牛乳	
6	水	チーズ 麦茶	麦茶		ソース焼きそば (中華麺、鶏ひき肉、春キャベツ、玉ねぎ、にんじん、中濃ソース、ウスターソース、鶏がら、油)				グレープフルーツ	天むす風ごはん、牛乳 (米、桜えび、にんじん、小ねぎ、揚げ玉、めんつゆ、のり)	
7	木	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらの和風煮のこくariumソテー (さわら、塩、しめじ、エリンギ、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ)	かぼちゃとアスパラのグリル (かぼちゃ、アスパラガス、鶏がら、塩)	バジルサラダ (レタス、きゅうり、トマト、バジル粉、塩、オリーブ油)	ポトフ風スープ (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、レーズン、牛乳、バター、コンソメ)		レーズンクッキー、牛乳	
8	金	コーンフレーク 牛乳	麦茶	じゃこの混ぜごはん (米、玉ねぎ、片栗粉、しょう油、しょうが、にんにく、トマト、砂糖、ポン酢、ごま油)	トマトポン酢チキン (鶏もも肉、片栗粉、しょう油、しょうが、にんにく、トマト、砂糖、ポン酢、ごま油)	甘辛ごぼう (ごぼう、玉ねぎ、しょう油、みりん、砂糖)	じゃが芋のクリームチーズ和え (じゃが芋、レインゲン、クリームチーズ、めんつゆ)	みそ汁 わかめスープ (わかめ、にんじん、オリーブ油、コンソメ)		カレーパン、牛乳	
9	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶		麻婆豆腐丼 (米、豚ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、にら、みそ、酒、中華あじ、しょう油、砂糖、にんにく、しょうが、片栗粉)				オレンジ	キャロットマフィン、牛乳 (ポトケーキミックス、にんじん、牛乳、油、砂糖、砂糖)	
11	月	バナナ 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かじきのタルタルソースがけ (かじき、酒、卵、玉ねぎ、マヨネーズ、スキムミルク、レモン汁、砂糖、塩)	ひじきのガーリック炒め (ひじき、パム、もやし、中華あじ、しょう油、にんにく、油)	ナムル (切干大根、きゅうり、鶏がら、ごま油)	みそ汁 (たけのこ、ほうれん草、みそ)		中華おじや、牛乳 (米、鶏さか、にんじん、人参、きくらげ、しょう油、鶏がら、ごま油)	
12	火	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のオレンジ風味焼き (鶏もも肉、塩、ピーマン、しょう油、玉ねぎ、ケチャップ、オリーブ、とんかつソース、にんにく)	じゃがチーズ (じゃが芋、ツナ缶、コンソメ、チーズ、パセリ粉)	春キャベツのコールスロー (春キャベツ、にんじん、コンソメ、レモン汁、酢、砂糖、塩)	スープ (アスパラガス、しめじ、鶏がら)		ココアロール、牛乳	
13	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばのごま蒲焼き (さば、酒、片栗粉、油、しょう油、みりん、ごま)	がんもの煮物 (がんもどき、玉ねぎ、しょう油、砂糖)	水菜のサラダ (水菜、にんじん、もやし、酢、砂糖、オリーブ油、塩)	みそ汁 (菜の花、ねぎ、みそ)		メープルパウンドケーキ、牛乳 (ポトケーキミックス、卵、バター、牛乳、メープルシロップ、砂糖)	
14	木	クラッカー 牛乳	麦茶		ポークストロガフ (米、豚肩肉、大豆、玉ねぎ、ごぼう、にんじん、トマト缶、ケチャップ、砂糖、コンソメ、中濃ソース、スキムミルク、にんにく、オリーブ油、パセリ粉)		茹でブロッコリー (ブロッコリー)		りんごゼリー	フルーツヨーグルト、ウエハース、麦茶 (りんごジュース、砂糖、粉寒天)	
15	金	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ささみとまいたけの春巻き (春巻きの皮、鶏ささみ、酒、まいたけ、チーズ、しそ、片栗粉、油、ポン酢)	なすのソース炒め (なす、にんじん、中濃ソース、砂糖、油)	ごま和え (りんご、玉ねぎ、しょう油、砂糖、すりごま)	スープ (バナナ、かぶ、かぶの葉、鶏がら)		ポテトサラダパン、牛乳	
16	土	チーズ 麦茶	麦茶		ワンタン麺 (中華麺、豚ひき肉、しょうが、酒、塩、ごま油、ワンタンの皮、玉ねぎ、にんじん、もやし、ピーマン、なると、しょう油、鶏がら、にんにく)		コーンバター (コーン缶、バター)		バナナ	しらすおにぎり、牛乳 (米、しらす、小松菜、とろろ昆布、しょう油、ごま油、のり)	
18	月	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	クリスピーサーモン (サーモン、しょう油、みりん、酒、片栗粉、コンソメ、油)	キャベツのコンソメ煮 (春キャベツ、にんじん、コンソメ)	たけのこのたらこマヨサラダ (たけのこ、みつば、たらこ、マヨネーズ、めんつゆ、ごま)	みそ汁 (さつま芋、高野豆腐、みそ)		スープマカロニ、麦茶 (マカロニ、玉ねぎ、コンソメ、クリームコンソメ、コンソメ、牛乳、スキムミルク)	
19	火	にぼし 麦茶	麦茶		カレードリア (米、コンソメ、豚ひき肉、玉ねぎ、カレールウ、スキムミルク、アスパラガス、チーズ)		カラルスープ (鶏肉、オリーブ油、にんじん、コンソメ)		夏みかん	キャラメルブレッド、牛乳	
20	水	胚芽スティック 牛乳	麦茶	わかめごはん (米、わかめふりかけ)	さわらのバター照り焼き (さわら、酒、しょう油、砂糖、みりん、にんにく、バター)	かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、しめじ、玉ねぎ、しょう油、鶏がら)	豆乳豚汁 (豚肩肉、ごぼう、大根、にんじん、こんにやく、みそ、豆乳)			ひじきの炊き込みごはん、牛乳 (米、ひじき、にんじん、絹さや、しょう油、砂糖)	
21	木	ミレービスケット 牛乳	麦茶		みそかつ丼 (米、押麦、豚ヒレ肉、卵、小麦粉、パン粉、油、赤みそ、砂糖、みりん、すりごま、春キャベツ)		かぶの塩昆布和え (かぶ、かぶの葉、にんじん、塩昆布、ごま油)	すまし汁 (玉ねぎ、水菜、しょう油、塩)	いちご	マーブルチーズケーキ、牛乳 (マーブルケーキミックス、卵、砂糖、コンソメ、ヨーグルト、バナナ、クリーム)	
22	金	ウエハース 野菜ジュース	野菜ジュース	ゆかりおにぎり (米、ゆかりふりかけ、のり)	パーベキューチキン (鶏もも肉、ケチャップ、中濃ソース、しょう油、砂糖、にんにく、しょうが、バジル粉)	さけポテト (じゃが芋、さけフレーク)	ほうれん草のおかか和え (ほうれん草、玉ねぎ、しょう油、砂糖、かつお節)		りんご	セサミブレッド、牛乳	
23	土	ブルー 牛乳	麦茶		ピピンごはん (米、鶏ひき肉、小松菜、にんじん、ねぎ、オリーブオイル、中華あじ、にんにく、酒、ごま、ごま油)		ジンジャースープ (春キャベツ、大根、鶏がら、しょう油)		グレープフルーツ	ぐるぐるきな粉パイ、牛乳 (パイシート、きな粉、砂糖)	
25	月	コーンフレーク 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かに玉 (卵、かにかまぼこ、ねぎ、きくらげ、鶏がら、グリーンピース、酢、砂糖、しょう油、片栗粉)	レバニラ (レバニラ、オリーブ油、しょう油、砂糖、ごま油)	春雨サラダ (春雨、きゅうり、コンソメ、しょう油、砂糖、塩、ごま油)	スープ (大根、絹さや、鶏がら)		さつま芋はちみつバター、牛乳 (さつま芋、はちみつ、バター)	
26	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のしょうが焼き (鶏もも肉、にんじん、玉ねぎ、しょう油、砂糖、酒、しょうが、油)	小松菜のソテー (小松菜、エリンギ、コンソメ、にんにく、オリーブ油)	花野菜の梅マヨ和え (ブロッコリー、カリフラワー、マヨネーズ、スキムミルク、梅干し)	みそ汁 (ごぼう、もやし、みそ)		アスパラベーコンパン、牛乳	
27	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶		きつねうどん (うどん、わかめ、ねぎ、にんじん、めんつゆ、みりん、油揚げ、しょう油、砂糖)		ちくわの磯辺揚げ (ちくわ、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、油)		ぶどうゼリー	チャーハン、牛乳 (米、にんじん、オリーブ油、砂糖、醤油、オリーブオイル、にんじん、しょう油)	
28	木	ブルー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	かつおのガーリックソテー (かつお、酒、トマト、しょう油、みりん、鶏がら、にんにく、オリーブ油)	ブロッコリーのバジル焼き (ブロッコリー、にんじん、鶏がら、バジル粉)	そら豆のサラダ (そら豆、レタス、コーン缶、酢、砂糖、塩、油)	オニオングラタン風スープ (オニオン、ポテト、コンソメ、バター、卵)		麩の黒糖ラスク、牛乳 (麩、黒糖、バター)	
29	金	昭和の日									
30	土	胚芽スティック 牛乳	麦茶		ウインナーとほうれん草の和風パゲッティ (スパゲッティ、ウインナー、ほうれん草、にんじん、エリンギ、鶏がら、にんにく、オリーブ油)		かぼちゃのポターージュ (かぼちゃ、オリーブ油、コンソメ、卵)		オレンジ	チーズおにぎり、牛乳 (米、チーズ、小ねぎ、かつお節、しょう油、のり)	

21日(木)4月誕生会 22日(金)聖星弁当

【旬の食材】さわら、かつお、アスパラガス、かぶ、キャベツ、セロリ、たけのこ、そら豆、ごぼう、みつば、菜の花、いちご、グレープフルーツ、夏みかん…など