

# 2023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	土	チーズ 麦茶	麦茶		釜めしおにぎりだし茶漬け (米、酒、しょう油、さけフレーク、しめじ、みつば、あられ、刻みのり、昆布茶、しょうが、めんつゆ、砂糖、片栗粉)		レタスと甘夏のサラダ (レタス、かぶ、かぶの葉、甘夏、砂糖、レモン汁、オリーブ油、塩)	みそ汁 (ほうれん草、もやし、みそ)		くじら餅風、せんべい、牛乳 (上新粉、小麦粉、黒糖、砂糖、さつま芋)(ほしたべよ)	
3	月	クラッカー 牛乳	麦茶	赤飯 (米、もち米、小豆、塩)	しゃぶしゃぶサラダ (豚肩ロース肉、酒、レタス、赤・黄パプリカ、かぶ、みりん、砂糖、しょう油、片栗粉)	エリンギのごまみそ焼き (エリンギ、玉ねぎ、みそ、みりん、砂糖、ごま、バター)	いんげんとにんじんの梅マヨ和え (いんげん、にんじん、もやし、マヨネーズ、スキムミルク、梅干し)	若竹汁 (たけのこ、わかめ、かぶの葉、しょう油、塩)		ブロッコリーの炊き込みごはん、牛乳 (米、ベーコン、ブロッコリー、コンソメ、塩)	
4	火	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	春野菜のチャンプルー (厚揚げ、卵、春キャベツ、にら、アスパラガス、かつお節、めんつゆ、油)	にんじんしりしり (にんじん、玉ねぎ、ツナ缶、みりん、しょう油、油)	青のりポテト (じゃが芋、青のり、鶏がら)	みそ汁 (白菜、なめこ、みそ)		さくらあんぱん、牛乳	
5	水	胚芽スティック 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	かれいのあんかけ (かれい、酒、玉ねぎ、しめじ、鶏がら、砂糖、片栗粉)	かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、しょう油、酒、砂糖、みりん)	ごぼうのドレッシングサラダ (ごぼう、にんじん、酢、みそ、砂糖、オリーブ油)	スープ (セロリ、サニーレタス、コンソメ)		コーンバターみそラーメン、牛乳 (中華めん、菜の花、キャベツ、コーン缶、鶏がら、みそ、バター)	
6	木	にぼし 麦茶	麦茶	たっぶりトマトのチキンハヤシライス (米、鶏もも肉、玉ねぎ、にんじん、トマト、トマト缶、トマトジュース、ケチャップ、ハヤシルウ、コンソメ、砂糖、油)			温野菜 (ブロッコリー、カリフラワー)		いちご	ココアクッキー、牛乳 (ホットケーキミックス、スキムミルク、ココア、バター、グラニュー糖、牛乳)	
7	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さわらのかば焼き (さわら、片栗粉、油、酒、しょう油、みりん、砂糖)	切干大根のコンソメ煮 (切干大根、にんじん、黄パプリカ、コンソメ)	ビーンズサラダ (ビーンズ、さつま芋、ヨーグルト、オリーブ油、マヨネーズ、スキムミルク、砂糖、塩、レモン汁、パプリカ)	みそ汁 (水菜、にら、みそ)		オニオンブレッド、牛乳	
8	土	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	コーンクリームスパゲッティ (スパゲッティ、鶏ひき肉、アスパラガス、えのき、コーン缶、コーンクリーム缶、牛乳、コンソメ、塩、オリーブ油)				スープ (にんじん、キャベツ、鶏がら)	グレープフルーツ	たぬきおにぎり、牛乳 (米、昆布茶、めんつゆ、桜えび、揚げ玉、ごま、のり)	
10	月	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	かつおと新玉ねぎのテンメンジャン和え (かつお、酒、新玉ねぎ、トマト、みつば、ポン酢、テンメンジャン、鶏がら、オイスターソース、しょう油、はちみつ、にんにく、しょうが、ごま油)	ぐる煮 (大根、にんじん、ごぼう、厚揚げ、しょう油、砂糖)	さつま芋のぬた風 (さつま芋、みそ、酢、砂糖)	すまし汁 (ひじき、とろろ昆布、しょう油、塩)		汁なし担々うどん、牛乳 (うどん、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、かぶ、しょうが、にんにく、みそ、しょう油、砂糖、めんつゆ、鶏がら、おろしごま、すりごま、豆乳、片栗粉)	
11	火	クラッカー 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	肉巻きキャベツ (豚肩ロース肉、キャベツ、ねぎ、しょうが、しょう油、酒、オイスターソース、砂糖、酢)	マッシュポテト (じゃが芋、牛乳、バター、塩)	春雨サラダ (春雨、きゅうり、にんじん、黄パプリカ、しょう油、酢、砂糖、ごま油)	みそ汁 (わかめ、大根、みそ)		メープルブレッド、牛乳	
12	水	せんべい 牛乳	麦茶	えびマカロニグラタン (マカロニ、えび、ハム、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、かぶの葉、ホワイトソース缶、牛乳、コンソメ、ピザ用チーズ、パセリ粉、塩)				スープ (サニーレタス、かぶ、鶏がら)	みかんゼリー (オレンジジュース、寒天粉、砂糖、みかん缶)	炊き込みごはん、牛乳 (米、ごぼう、にんじん、油揚げ、しょう油、みりん、砂糖)	
13	木	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉のきじ焼き (鶏もも肉、しょう油、酒、みりん、砂糖、刻みのり)	アスパラとベーコンの炒め物 (ベーコン、アスパラガス、にんじん、鶏がら)	菜の花のツナマヨ和え (菜の花、もやし、ツナ缶、マヨネーズ、めんつゆ)	みそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ、みそ)		おからカップケーキ、牛乳 (ホットケーキミックス、ベーキングパウダー、スキムミルク、豆乳、おから、きな粉、砂糖、バター)	
14	金	バナナ 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	バターサーモンタツタ (サーモン、酒、片栗粉、バター、鶏がら、塩)	たけのこと小松菜のソテー (たけのこ、小松菜、赤パプリカ、しょう油、砂糖、みりん、片栗粉、油)	そら豆のクリームチーズ和え (そら豆、玉ねぎ、コーン缶、クリームチーズ、マヨネーズ、レモン汁、すりごま)	すまし汁 (えのき、みつば、しょう油、塩)		ロールパン、パンプキンスープ (かぼちゃ、牛乳、チキンブイヨン、玉ねぎ、砂糖、クリーム、バター、野菜エキス、小麦粉、でん粉、塩)	
15	土	プルーン 麦茶	麦茶	シシリアンライス (米、牛・豚肩肉、まいたけ、玉ねぎ、酒、しょう油、砂糖、みりん、チーズ、レタス、トマト、きゅうり、絹豆腐、みそ、レモン汁、砂糖)			キャベツとりんごのサラダ (キャベツ、にんじん、りんご、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	ジンジャースープ (春雨、水菜、しょうが、鶏がら)		いちごとバナナの練乳ヨーグルト、ウエハース、麦茶 (ヨーグルト、砂糖、いちご、バナナ、練乳)(カル鉄ウエハース)	
17	月	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ジャーマンポテト (ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ、コンソメ、塩)	鶏レバーの酢鶏風 (鶏レバー、ピーマン、にんじん、にら、しょうが、酒、しょう油、砂糖、黒酢、ケチャップ、鶏がら、片栗粉、油)	小松菜の塩昆布ナムル (小松菜、もやし、塩昆布、ごま油)	すまし汁 (切干大根、なす、しょう油、塩)		いなりごはん、牛乳 (米、酢、砂糖、塩、桜でんぶ、油揚げ、にんじん、しょう油)	
18	火	チーズ 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	豚肉とごぼうの甘辛煮 (豚肩肉、ごぼう、玉ねぎ、みつば、砂糖、しょう油、みりん、片栗粉)	チンゲン菜のソテー (チンゲン菜、エリンギ、コーン缶、鶏がら、バター)	ひじきの和え物 (ひじき、にんじん、ちくわ、かつお節、めんつゆ)	みそ汁 (たけのこ、ねぎ、みそ)		キャラメルブレッド、牛乳	
19	水	どうぶつビスケット 牛乳	麦茶	かじきのフィッシュカレー (米、かじき、酒、玉ねぎ、しめじ、セロリ、トマト缶、しょうが、にんにく、カレールウ、スキムミルク、油)			アスパラのソテー (アスパラガス、かぼちゃ、オリーブ油)		ミルクカルピスゼリー (カルピス、牛乳、砂糖、寒天粉)	ちゃんぽん風にゆうめん、麦茶 (そうめん、キャベツ、にんじん、きくらげ、豆乳、鶏がら、めんつゆ、にんにく)	
20	木	ミレービスケット 野菜ジュース	麦茶	コーンピラフ (米、コーン缶、鶏がら、バター)	バジルチキンカツ ハニーディップソース (鶏むね肉、塩、小麦粉、パン粉、油、しょうが、はちみつ、ケチャップ、しょう油、オリーブ油、バジル粉)	ブロッコリーのオープン焼き (ブロッコリー、黄パプリカ、鶏がら、オリーブ油)	ごぼうのチーズサラダ (ごぼう、にんじん、ツナ缶、にんにく、クリームチーズ、みそ)	スープ (キャベツ、玉ねぎ、コンソメ)	オレンジ	パウンドケーキ、牛乳 (小麦粉、ベーキングパウダー、卵、グラニュー糖、牛乳、バター、スキムミルク、いちごジャム、ストロベリージャム、生クリーム、マスカットチーズ、砂糖)	
21	金	せんべい 牛乳	野菜ジュース	ゆかりおにぎり (米、ゆかりふりかけ、のり)	クリスピーチキン (鶏もも肉、しょうが、にんにく、酒、しょう油、みりん、コーンフレーク、片栗粉、油)	さつま芋のレモン煮 (さつま芋、レモン汁、砂糖、塩)	ほうれん草のおかか和え (ほうれん草、にんじん、もやし、しょう油、砂糖、かつお節)		バナナ	チーズパン、牛乳	
22	土	クラッカー 牛乳	麦茶	桜えびとキャベツのパスタ (スパゲッティ、桜えび、キャベツ、えのき、にんにく、しょう油、鶏がら、みそ、みりん、酒、オリーブ油)			フルーツサラダ (りんご、みかん缶、レーズン、生クリーム、ヨーグルト、砂糖、マヨネーズ)	スープ (にんじん、じゃが芋、コーン缶、コンソメ)		おにぎりドッグ、牛乳 (米、コンソメ、バジル粉、ウインナー、ケチャップ、のり)	
24	月	胚芽スティック 牛乳	麦茶	ごはん (米、押麦)	鶏肉とがんもの煮物 (鶏もも肉、がんもどき、にんじん、かぶ、まいたけ、いんげん、しょう油、砂糖)	じゃが芋とそら豆のチーズ焼き (じゃが芋、玉ねぎ、そら豆、鶏がら、ピザ用チーズ)	切干大根の和え物 (切干大根、小松菜、もやし、しょう油、鶏がら、砂糖)	みそ汁 (ごぼう、かぶの葉、みそ)		焼きそば、牛乳 (中華めん、鶏ひき肉、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、中濃ソース、オイスターソース、鶏がら、油)	
25	火	にぼし 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	ハンバーグ (牛・豚ひき肉、おから、玉ねぎ、パン粉、牛乳、塩、デミグラスソース缶、ウスターソース、コンソメ、砂糖)	コーンソテー (コーン缶、エリンギ、しょう油、砂糖、みりん、青のり、油)	マヨディッシュサラダ (きゅうり、にんじん、レタス、大根、マヨネーズ、練乳、めんつゆ)	スープ (水菜、ワタンの皮、鶏がら)		セサミブレッド、牛乳	
26	水	チーズ 麦茶	麦茶	きつねうどん (うどん、油揚げ、わかめ、小ねぎ、めんつゆ、しょう油、砂糖、みりん、塩)			天ぷら (ちくわ、青のり、大葉、酒、小麦粉、ベーキングパウダー、油)		ぶどうゼリー (ぶどうジュース、寒天粉、砂糖、プルーン)	ケチャップライス、牛乳 (米、ハム、玉ねぎ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、油、パセリ粉)	
27	木	どうぶつビスケット 牛乳	牛乳	ごはん (米、押麦)	焼きソースカツ (豚肩ロース肉、小麦粉、パン粉、中濃ソース、みりん、砂糖、しょう油、油)	キャベツサラダ (キャベツ、にんじん、レーズン、黒酢、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	トマト	みそ汁 (高野豆腐、ひじき、みそ)		抹茶ヨーグルトケーキ、牛乳 (小麦粉、抹茶、ベーキングパウダー、塩、卵、ヨーグルト、グラニュー糖、はちみつ、バター、砂糖)	
28	金	プルーン 麦茶	麦茶	ごはん (米、押麦)	さばのみそ煮 (さば、酒、しょうが、みそ、みりん、砂糖、しょう油)	セロリのきんぴら (セロリ、にんじん、もやし、コンソメ、砂糖、油)	水菜の白和え (水菜、コーン缶、かにかま、絹豆腐、すりごま、しょう油、砂糖、ごま油、しょうが)	すまし汁 (ほうれん草、なめこ、しょう油、塩)		ポテトサラダパン、牛乳	
29	土	昭和の日									

20日(木)4月誕生会 21(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…など

14日(金)のおやつのパンプキンスープは非常食を使用します。