

2017年4月 ★献立表★

*補食(時間外おやつ)は、飲み物とおせんべいやクッキー・パンなど出しています

しのめ保育園

		朝のおやつ		きいろのグループ		あかのグループ		みどりのグループ				3時のおやつ		
日付	曜日	3~5歳児	1・2歳児	主食		主菜		副菜1		副菜2		汁物	デザート	
1	土	牛乳	チーズ 牛乳	オムライス (米、卵、鶏小間、玉葱、ピーマン、コンソメ、ケチャップ、塩、油)				フレンチサラダ (レタス、胡瓜、黄ピー、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油)					りんご	マシュマロコーンフレーク、牛乳 (マシュマロ、コーンフレーク、バター、レーズン)
3	月	野菜ジュース	野菜ジュース	お赤飯 (米、もち米、小豆、塩、こ)		さわらの西京焼き (鯖、みそ、みりん、酒、砂糖、生姜)		ひじきの煮物 (ひじき、人参、いんげん、こんにやく、しょうゆ、砂糖)		かぶの即席 (かぶ、かぶ葉、ゆず、塩)		すまし汁 (まり麩、三つ葉)		メープル蒸しパン、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、B.P、メープルシロップ、牛乳、油)
4	火	麦茶	小魚 麦茶	ごはん (米、押麦)		肉じゃが (豚小間、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、しょうゆ、みりん、砂糖、酒)		小松菜のなめ茸和え (小松菜、もやし、なめ茸)		茹でアスパラ(マヨ)		みそ汁 (なす、えのき)		桜あんぱん、牛乳
5	水	牛乳	バナナチップ 牛乳	たらこスパゲッティ (スパゲッティ、たらこ、しめじ、玉葱、刻みのり、しょうゆ、塩、オリーブ油)						カリカリクルトンサラダ (レタス、レタス、胡瓜、黄ピー、ベーコン、酢、砂糖、塩、粉チーズ、オリーブ油、食パン、バジル粉、パルメザン)		スープ (大根、人参)		コーンごはん、麦茶 (米、コーン缶、玉葱、バター、コンソメ、塩、パセリ)
6	木	牛乳	コーンフレーク 牛乳	ごはん (米、押麦)		麻婆豆腐 (豚挽、絹豆腐、葱、みそ、テンメン、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉、ごま油)		春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、きくらげ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油)		キャベツのお浸し (キャベツ、薄口しょうゆ、おかか)		スープ (もずく、あさつき、ごま)		チュロス、牛乳 (小麦粉、卵、砂糖、バター、牛乳、油)
7	金	麦茶	チーズ 牛乳	ごはん (米、アマランサス)		チキンのトマトソース煮 (鶏もも、玉葱、セロリ、マッシュルーム、トマト缶、コンソメ、塩)		マッシュポテト (じゃが芋、牛乳、塩、バター)		コロコロピクルス (胡瓜、人参、大根、酢、砂糖、塩)		スープ (にら、もやし)		豚まんおやき、牛乳
8	土	牛乳	こどもせんべい 牛乳	しらす丼 (米、しらす、大根、あさつき、刻みのり、しょうゆ)						豚汁 (豚小間、ごぼう、人参、里芋、葱、こんにやく、みそ)			バナナ	手作りごめんべい、麦茶 (米、ごま、しょうゆ、砂糖、油)
10	月	牛乳	パン耳きな粉 牛乳	ごはん (米、アマランサス)		鶏団子の甘酢だれ (鶏挽、玉葱、生姜、しょうゆ、酒、酢、砂糖、片栗粉)		切り昆布の煮物 (切り昆布、ちくわ、人参、しょうゆ、砂糖、油)		南瓜サラダ (南瓜、胡瓜、マヨ、スキム、塩)		みそ汁 (かぶ、かぶ葉)		焼きそば、麦茶 <small>中華麺、豚小間、ピーマン、玉葱、きゃべつ、青のり、中濃、ウスター、鶏がら、しょうゆ、油</small>
11	火	麦茶	小魚 牛乳	ごはん (米、押麦)		チンゲン菜と厚揚げの中華炒め (厚揚げ、豚小間、チンゲン菜、人参、中華味、しょうゆ、油)		さつま芋のチーズ焼き (さつま芋、エリンギ、しめじ、チーズ、塩、油)		胡瓜ともやしのナムル (胡瓜、もやし、赤ピー、塩、ごま油)		スープ (レタス、人参)		シュガーデニッシュ、牛乳
12	水	牛乳	コーンフレーク 牛乳	ごはん (米、アマランサス)		鱈の生姜煮 (鱈、生姜、しょうゆ、みりん、砂糖、酒)		人参しりしり (人参、卵、鶏がら、塩、油)		しゃきしゃき大根 (大根、水菜、新玉葱、のり、しょうゆ、かつお)		みそ汁 (油揚げ、なす)		焼きビーフン、麦茶 (ビーフン、赤ピー、ピーマン、玉葱、中華味、しょうゆ、油)
★13	木	野菜ジュース	野菜ジュース	白パン		ポテトコロッケ (じゃが芋、豚挽、玉葱、塩、小麦粉、卵、パン粉、中濃)		マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、人参、コーン、マヨ、塩)		千キャベツ/ミニトマト		スープ (セロリ、人参、大根)	りんごゼリー (寒天、りんご ジュース、砂糖、レ)	チーズタルト、麦茶 (小麦粉、卵、バター、グラニュー糖、クリームチーズ、生クリーム、レモン汁)
14	金	麦茶	おしゃぶり昆布 麦茶	ごはん (米、アマランサス)		蒸し鶏の香味ソースがけ (鶏もも、塩、酒)(葱、生姜、にんにく、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油)		こんにやくの甘辛炒め (こんにやく、しょうゆ、砂糖、油)		ほうれん草のごま和え (ほうれん草、もやし、人参、しょうゆ、砂糖、ごま)		みそ汁 (豆腐、なめこ)		ハムロール、牛乳
15	土	牛乳	バナナチップ 牛乳	豚バラチャーハン (米、豚バラ、卵、葱、キャベツ、ごま、塩、鶏がら、ごま油、刻みのり)								中華スープ (春雨、人参、えのき)	オレンジ	いちごクレープ、牛乳 (ホットケーキ粉、スキム、牛乳、バター、いちごジャム)
17	月	牛乳	レーズン 牛乳	ハヤシライス (米、豚小間、じゃが芋、人参、玉葱、エリンギ、マッシュルーム、トマト缶、ハヤシルウ、赤ワイン、ウスター、油)						チーズとナッツのサラダ (レタス、胡瓜、人参、チーズ、ピーナッツ、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油)			あまなつ	ミルク餅、麦茶 (片栗粉、スキム、砂糖、きな粉、黒蜜)
18	火	牛乳	小魚 牛乳	ごはん (米、押麦)		海老と卵のふんわり炒め (海老、卵、きゃべつ、もやし、人参、鶏がら、塩、油)		アスパラとコーンのマヨ焼き (アスパラ、コーン缶、マヨ、にんにく、塩)		トマトマリネ (トマト、新玉葱、酢、砂糖、塩、オリーブ油、バジル)		スープ (玉葱、ブロッコリー)		メープルブレッド、牛乳
19	水	麦茶	コーンフレーク 麦茶	筍ご飯(米、もち米、筍、油揚げ、 人参、あさつき、しょうゆ、みりん)		揚げ出し豆腐 (豆腐、片栗粉、大根、しょうゆ、油)		きんぴらごぼう (ごぼう、人参、しょうゆ、砂糖、ごま、ごま油)		わかめの酢の物 (わかめ、胡瓜、カニカマ、酢、砂糖、塩)		みそ汁 (三つ葉、しめじ)		サクサク麩菓子、牛乳 (麩、油、黒糖)
20	木	豆乳	パン耳きな粉 豆乳	ごはん (米、押麦)		鮭の照り焼き (サーモン、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、生姜)		ひじきのカラフルサラダ (ひじき、赤ピー、黄ピー、胡瓜、マヨ、塩、スキム)		新じゃがの煮ころがし (じゃが芋、しょうゆ、砂糖、みりん、油)		みそ汁 (水菜、なす)		たぬきうどん、麦茶 (うどん、わかめ、葱、揚げ玉、しょうゆ、みりん、酒)
21	金	麦茶	チーズ 麦茶	ごはん (米、アマランサス)		カシューナッツ炒め (鶏小間、カシューナッツ、ピーマン、赤ピー、エリンギ、オイスターソース、しょうゆ、砂糖、油)		白滝とたらこの和え物 (白滝、たらこ、鶏がら、塩、油)		人参ドレッシングサラダ (水菜、胡瓜、しめじ、えのき、人参、酢、砂糖、塩)		スープ (玉葱、もやし)		アスパラベーコンロール、牛乳
22	土	牛乳	こどもせんべい 牛乳	ほうれん草とベーコンのクリームパスタ (スパゲッティ、ほうれん草、ベーコン、玉葱、しめじ、牛乳、小麦粉、バター、コンソメ、塩、にんにく、オリーブ油)						ミネストローネ (玉葱、じゃが芋、人参、セロリ、大豆、トマト缶、コンソメ、塩)			グレープ フルーツ	味噌焼きおにぎり、麦茶 (米、みそ、砂糖、みりん、ごま)
24	月	豆乳	バナナチップ 豆乳	三色丼 (米、鶏挽、卵、でんぶ、絹さや、しょうゆ、みりん、砂糖、酒、油)				胡瓜のゆかり和え (胡瓜、ゆかり、塩)				みそ汁 (しめじ、人参)		カレーマカロニ、麦茶 (マカロニ、玉葱、人参、ウィンナー、カレー粉、コンソメ、チーズ)
25	火	麦茶	コーンフレーク 麦茶	ごはん (米、押麦)		白身魚のガーリックマヨ焼き (カレイ、マヨ、にんにく、バジル、スキム)		さつま芋のレモン煮 (さつま芋、レモン汁、砂糖)		キャベツとハムのさっぱり和え (キャベツ、人参、ハム、酢、砂糖、塩)		スープ (にら、大根)		三色豆ブレッド、牛乳
26	水	豆乳	おしゃぶり昆布 豆乳	ごはん (米、アマランサス)		豚のスタミナ炒め (豚小間、もやし、人参、ニラ、しょうゆ、鶏がら、油)		チンゲン菜のお浸し (チンゲン菜、人参、しょうゆ)		花野菜のカニカマあん (ブロッコリー、カリフラワー、えのき、カニカマ、しょうゆ、中華味、片栗粉)		ワカメスープ (わかめ、ごま)		はちみつレモンカップケーキ、牛乳 (ホットケーキ粉、はちみつ、レモン汁、バター、牛乳)
★27	木	野菜ジュース	野菜ジュース	ごはん (米、押麦)		鶏のから揚げ (鶏もも、生姜、にんにく、しょうゆ、みりん、酒)		キタアカリのポテトサラダ (キタアカリ、胡瓜、人参、マヨ、スキム、塩)		サニーレタス/トマト		みそ汁 (玉葱、卵)		とんこつ風ラーメン、麦茶 <small>(中華麺、豚小間、もやし、あさつき、中華味、みそ、しょうゆ、豆乳、にんにく、生姜、油)</small>
28	金	麦茶	チーズ 麦茶	ごはん (米、アマランサス)		鯖の味噌煮 (鯖、生姜、みそ、みりん、砂糖、しょうゆ、酒)		切干大根の煮物 (切干大根、人参、油揚げ、しょうゆ、砂糖、油)		ほうれん草ともやしの炒め物 (ほうれん草、もやし、しょうゆ、鶏がら、油)		すまし汁 (舞茸、水菜)		シナモンロール、牛乳
29	土	昭和の日												

*都合により献立・材料など変更がある場合があります。

きいろのグループ

ちからのもとなる!

あかのグループ

からだをつくるもとなる!
(身体を大きくしてくれる)

みどりのグループ

からだをげんきにする (病気から守ってくれる)

☆13日、27日はお誕生日会です!