

2018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

日付	曜日	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	
		3~5歳児	1・2歳児	主食	主菜	副菜1	副菜2	汁物	デザート				
2	月	野菜ジュース	野菜ジュース	お赤飯 (米、もち米、小豆、ごま、塩)	鯖の西京焼き (鯖、みそ、みりん、酒、しょうゆ)	根菜の煮物 (鶏小間、ごぼう、人参、いんげん、こんにゃく、しょうゆ、砂糖、油)	かぶの梅和え (かぶ、かぶの葉、梅干し、塩)	すまし汁 (まり麩、三つ葉)		桜色カップケーキ、牛乳 (ホットケーキmix、砂糖、牛乳、バター、スキム、いちごシロップ、食紅、生クリーム、アラザン)			
3	火	牛乳	コーンフレーク	ご飯 (米、押麦)	高野豆腐の卵とじ (高野豆腐、豚小間、卵、葱、人参、しめじ、しょうゆ、砂糖、みりん)	ビーフソテー (ビーフン、赤ピ、ピーマン、鶏がら、塩、油)	小松菜のお浸し (小松菜、もやし、おほか、しょうゆ)	みそ汁 (なす、えのき)		パリパリピザ、麦茶 (ぎょうざの皮、玉葱、ツナ、チーズ、パセリ粉、ケチャップ)			
4	水	豆乳	チーズ	ご飯 (米、押麦)	かじきの煮付け (かじき、生姜、しょうゆ、砂糖、みりん、酒)	切干大根の煮物 (切干大根、人参、油揚げ、しょうゆ、砂糖)	ブロッコリーのオーロラソース (ブロッコリー、ケチャップ、マヨ)	みそ汁 (ごぼう、玉葱)		アーモンドクッキー、牛乳 (小麦粉、アーモンドパウダー、バター、塩、粉砂糖)			
5	木	牛乳	田作り	ご飯 (米、押麦)	タンドリーチキン (鶏もも、玉葱、ヨーグルト、カレー粉、しょうゆ、砂糖、にんにく)	コロコロピクルス (大根、胡瓜、赤ピ、セロリ、酢、砂糖、塩)	もやしのソテー (もやし、ニラ、ハム、鶏がら、塩、油)	コンソメスープ (人参、水菜)		味噌バターラーメン、麦茶 (中華麺、豚挽、キャベツ、コンソメ、バター、味噌、おろしにんにく、油)			
6	金	麦茶	レーズン	ご飯 (米、押麦)	豚の生姜焼き炒め (豚小間、玉葱、おろし生姜、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、油)	千キャベツ	春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油)	すまし汁 (麩、小松菜)		ごまチーズパン、牛乳			
7	土	麦茶	バナナチップ	アスパラとベーコンのクリームスパゲッティ (スパゲッティ、ベーコン、アスパラ、玉葱、エリンギ、シチュールウ、牛乳、スキム、コンソメ、塩、油)			お豆のスープ (ミックスビーンズ、大根、人参、じゃが芋、鶏がら、塩)		いちご	ボンデケーキ、牛乳 (ホットケーキmix、白玉粉、青のり、塩、油、牛乳)			
9	月	麦茶	昆布	ご飯 (米、押麦)	鶏手羽とうずらのさっぱり煮 (鶏手羽、うずら、酢、しょうゆ、砂糖、みりん)	ほうれん草の胡麻和え (ほうれん草、人参、もやし、しょうゆ、砂糖、ごま)	さつま芋サラダ (さつま芋、胡瓜、レーズン、マヨ、スキム)	みそ汁 (なめこ、豆腐)		ブルーベリースコーン、牛乳 (ホットケーキmix、バター、砂糖、ブルーベリージャム、スキム)			
10	火	麦茶	コーンフレーク	ご飯 (米、押麦)	ポテトコロッケ (豚挽、じゃが芋、玉葱、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃)	トマトとチーズのサラダ (トマト、新玉葱、チーズ、酢、しょうゆ、オリーブ油)	チンゲン菜のソテー (チンゲン菜、エリンギ、ベーコン、鶏がら、しょうゆ、油)	スープ (もやし、ニラ)		よもぎあんパン、牛乳			
11	水	豆乳	プルーン	ご飯 (米、押麦)	サーモンの照り焼き (サーモン、しょうゆ、砂糖、みりん、酒)	茹でアスパラ(マヨ)	がんもの煮物 (がんも、人参、しょうゆ、砂糖)	みそ汁 (大根、舞茸)		梅しそ混ぜご飯、麦茶 (米、梅干し)			
12	木	牛乳	チーズ	ご飯 (米、押麦)	肉団子とキャベツのコンソメ煮 (豚挽、玉葱、キャベツ、人参、パン粉、コンソメ、塩)	ツナサラダ (レタス、胡瓜、ツナ、マヨ、スキム)	南瓜の甘煮 (南瓜、砂糖、しょうゆ)	スープ (ほうれん草、エリンギ)		わかめうどん、麦茶 (うどん、かまぼこ、わかめ、葱、しょうゆ、みりん、酒)			
13	金	麦茶	バナナチップ	ご飯 (米、押麦)	鯖の塩焼き (鯖、塩、大根、しょうゆ)	ひじきの煮物 (ひじき、人参、大豆、しょうゆ、砂糖、油)	ニラ玉 (卵、ニラ、もやし、鶏がら、塩、油)	みそ汁 (じゃが芋、葱)		ウインナーパン、牛乳			
14	土	牛乳	子どもせんべい	しらす丼 (米、しらす、大根、あさつき、のり、ごま、しょうゆ)			具だくさん味噌汁 (キャベツ、しめじ、人参、玉葱、豆腐、味噌)		グレープ	じゃが芋もち、牛乳 (じゃが芋、片栗粉、しょうゆ、砂糖、バター)			
16	月	牛乳	小魚	ご飯 (米、押麦)	麻婆豆腐 (豆腐、豚挽、葱、ニラ、赤ピ、味噌、テンメン、しょうゆ、生姜、砂糖、ごま油)	もやしのナムル (大豆もやし、胡瓜、人参、塩、ごま油)	金時豆の甘煮 (金時豆、砂糖)	ワカメスープ (ワカメ、水菜)		コーンピラフ、麦茶 (米、コーン缶、人参、玉葱、コンソメ、バター、塩)			
17	火	豆乳	昆布	ご飯 (米、押麦)	カレイのムニエル (カレイ、小麦粉、塩、バター、パセリ粉)	人参ドレッシングサラダ (レタス、胡瓜、水菜、人参、レモン汁、砂糖、塩、オリーブ油)	きのこソテー (エリンギ、えのき、しめじ、玉葱、鶏がら、油)	スープ (コーン缶、チンゲン菜)		シュガーレーズンパン、牛乳			
★18	水	野菜ジュース	野菜ジュース	筍ご飯 (米、筍、人参、しょうゆ、みりん、酒)	鶏の唐揚げ (鶏もも、おろし生姜、おろしにんにく、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉、油)	マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、人参、コーン缶、マヨ、スキム)	千レタス、ミニトマト	みそ汁 (豆腐、大根、油揚げ)	りんごゼリー(りんごジュース、寒天、砂糖、レモン汁)	ベイクレースケーキ、麦茶 (クリームチーズ、小麦粉、卵、バター、グラニュー糖、レモン汁、生クリーム、ビスケット)			
19	木	牛乳	レーズン	ご飯 (米、押麦)	厚揚げの味噌炒め (厚揚げ、豚バラ、キャベツ、葱、ピーマン、味噌、砂糖、しょうゆ、酒、油)	小松菜のなめ茸和え (小松菜、人参、なめ茸)	こんにゃくの甘辛煮 (こんにゃく、しょうゆ、砂糖、油)	すまし汁 (とろろ昆布、あさつき)		牛乳もち、麦茶 (片栗粉、スキム、砂糖、きな粉、黒蜜)			
20	金	麦茶	コーンフレーク	ご飯 (米、押麦)	肉じゃが (豚小間、じゃが芋、玉葱、人参、白滝、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、みりん)	ワカメの酢の物 (ワカメ、胡瓜、カニカマ、酢、しょうゆ、砂糖)	カリフラワーのチーズ焼き (カリフラワー、チーズ)	みそ汁 (なす、しめじ)		クリームパン、牛乳			
21	土	牛乳	チーズ	鶏そぼろ丼 (米、鶏挽、生姜、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、のり)			けんちん汁 (大根、人参、ごぼう、こんにゃく、葱、しょうゆ、油)		バナナ	キャラメルラスク、牛乳 (食パン、生クリーム、砂糖)			
23	月	豆乳	パン耳きな粉	ご飯 (米、押麦)	海老と卵の炒め物 (海老、卵、人参、もやし、ニラ、きくらげ、鶏がら、しょうゆ、ごま油)	きんぴらごぼう (ごぼう、人参、さつま揚げ、ごま、しょうゆ、砂糖、油)	大根の即席 (大根、塩)	みそ汁 (さつま芋、葱)		フルーツヨーグルト、麦茶 (ヨーグルト、みかん缶、バナナ缶、りんご、砂糖、コーンフレーク)			
24	火	麦茶	バナナチップ	ミートソーススパゲッティ (スパゲッティ、豚挽、玉葱、人参、セロリ、エリンギ、トマト缶、コンソメ、ケチャップ、ウスター、にんにく、粉チーズ、油)			コールスローサラダ (キャベツ、人参、コーン缶、胡瓜、マヨ、スキム)	スープ (もやし、舞茸)	グレープ	コーンチーズパン、牛乳			
25	水	牛乳	プルーン	ご飯 (米、押麦)	白身魚のフリッター (メルルーサ、小麦粉、卵、油、中濃ソース)	アスパラのソテー (アスパラ、コーン缶、ウインナー、鶏がら、塩、油)	新じゃがの煮っころがし (新じゃが、しょうゆ、砂糖、みりん、油)	すまし汁 (ごぼう、人参、絹さや)		どら焼き、牛乳 (ホットケーキmix、卵、砂糖、はちみつ、みりん、牛乳、油、こしあん)			
26	木	牛乳	小魚	ご飯 (米、押麦)	葱塩チキン (鶏もも、葱、ごま、ごま油、おろしにんにく、塩)	茹でそらまめ	トマトのマリネ (トマト、黄ピ、胡瓜、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (筍、あさつき)		ちゃんぽん麺、麦茶 (中華麺、キャベツ、玉葱、かまぼこ、もやし、スキム、中華味、しょうゆ、ごま油)			
27	金	麦茶	昆布	カレーライス (米、豚小間、玉葱、人参、じゃが芋、エリンギ、カレールウ、牛乳、スキム、油)			シーザーサラダ (レタス、胡瓜、ベーコン、粉チーズ、酢、砂糖、塩)		バナナ	いちごクリームロール、牛乳			
28	土	牛乳	コーンフレーク	サンドウィッチ (食パン、ハム、チーズ、マヨ)(食パン、ツナ缶、胡瓜、マヨ)			ミネストローネ (大根、人参、セロリ、大豆、キャベツ、トマト缶、コンソメ、砂糖、オリーブ油)		あまなつ	鮭おにぎり、麦茶 (米、鮭フレーク、のり)			
30	月			振替休日									

*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

ちからのもとになる!

あかのグループ

からだをつくるもとになる!
(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)

★18日はお誕生会です!