



4月献立予定表

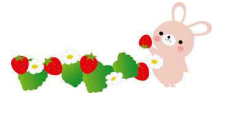


みそらこども園

日 曜	昼食	未満児おやつ 3時おやつ(☆は手作り)	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱とカになるもの	油や肉や卵になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
01 (金)	麦ごはん ★豆腐ハンバーグ ジャーマンごぼう 揚げと玉ねぎのみそ汁	青のりいりこ 果物 スポロン 牛乳 ☆シフォンケーキ	米、じゃがいも、押麦、油、生パン粉、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、卵、絞豆腐、牛ひき肉、鶏ひき肉、味噌、ちくわ、ウインナー、油揚げ、いりこ、脱脂粉乳	オレンジ、たまねぎ、ごぼう、にんじん、小ねぎ、あおのり	だし汁、酒、みりん、しょうゆ、コンソメ、おろししょうが
02 (土)	ごはん 豚肉とこんにゃくのみそ炒め ★ほうれん草とひじきのマヨサラダ ★ベーコンオムレツ	コンソメスープ ビタミンゼリー 牛乳	米、こんにゃく、マヨネーズ、砂糖、油、片栗粉	豚肉、卵、脱脂粉乳、ベーコン、ごま、みそ	野菜ジュース、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、はくさい、にんじん、ほうれん草、しめじ、アガー、芽ひじき	酒、みりん、コンソメ、ケチャップ、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが、パセリ粉、こしょう、塩
04 (月)	和風スパゲティ キャベツの梅おかか和え 大根おろしスープ いりこ	カルピスゼリー 緑黄色野菜ジュース 牛乳 ☆春色おにぎり	米、スパゲティ、砂糖	牛乳、鶏肉、カルピス、鮭フレーク、かにかま、卵、バター、かつお節、いりこ	たまねぎ、だいこん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、しめじ、にんじん、こまつな、小ねぎ、アガー、のり、梅肉	しょうゆ、和風だし、おろしにんにく、塩、みりん
05 (火)	雑穀ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐の卵とじ じゃが芋のみそ汁	果物 リンゴジュース 牛乳 ★人参パン	米、じゃがいも、小麦粉、ざつこ、砂糖、油	魚、牛乳、味噌、鶏肉、卵、脱脂粉乳、煮干し、高野豆腐、バター	いちご、たまねぎ、にんじん、小ねぎ、わかめ、バナナ	塩、ドライイースト、しょうゆ、ほんだし
06 (水)	麦ごはん 牛肉とアスパラの炒めもの もやしのナムル 若竹汁	チーズ ベジタブルゼリー 牛乳 ☆メープルシロップバー	米、押麦、小麦粉、砂糖、メープルシロップ、ごま油、片栗粉、油	牛肉、かにかま、卵、煮干し、ごま、牛乳、花かつお	野菜ジュース、たまねぎ、たけのこ、もやし、きゅうり、にんじん、アスパラガス、しめじ、わかめ、アガー	オイスターソース、みりん、しょうゆ、酒、トウバンジャン
07 (木)	ごはん 油淋鶏 青菜のしらす和え 春雨スープ	果物 スポロン 牛乳 ★パセリクラッカー	米、小麦粉、片栗粉、油、はるさめ、砂糖、小麦粉、ごま油	牛乳、鶏肉、牛乳、バター、しらす干し、脱脂粉乳、チーズ	りんご、たまねぎ、ほうれん草、こまつな、にんじん、長ねぎ、わかめ、にんにく、しょうが	中華スープ、酒、しょうゆ、塩、みりん、パセリ粉、おろしにんにく、おろししょうが
08 (金)	もち麦ごはん 豚肉のしょうが焼き ★かぼちゃとさつまいものサラダ ★きのこのミルクスープ	カレー粉いりこ ミカンゼリー 牛乳 ★桜まんじゅう	米、小麦粉、さつまいも、押麦、砂糖、マヨネーズ、マーガリン	牛乳、豚肉、桜あん、白あん、脱脂粉乳、いりこ、ヨーグルト	みかん、かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんじん、コーン、チンゲンサイ、アガー、しょうが	しょうゆ、コンソメ、酒、みりん、カレー粉、塩、こしょう
09 (土)	麦ごはん がめ煮 千草和え エビシュウマイ	果物 牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、こんにゃく、押麦、砂糖、はるさめ	鶏肉、卵	キウイフルーツ、たまねぎ、ほうれん草、ごぼう、れんこん、にんじん、もやし、しょうが、バナナ	しょうゆ、みりん、酢(cc)、和風だし
11 (月)	麦ごはん ★きのこグラタン 春雨の酢の物 トマトとたまごのスープ	いりこ グレープゼリー 牛乳 野菜ジュース ☆チーズ蒸しパン	米、小麦粉、砂糖、押麦、はるさめ、マカロニ、パン粉、油	低脂肪、卵、鶏肉、牛乳、チーズ、バター、脱脂粉乳、クリームチーズ、ごま、いりこ	ぶどうジュース、たまねぎ、トマト、きゅうり、こまつな、しめじ、エリンギ、えのきたけ、にんじん、アガー	酢(cc)、薄口しょうゆ、コンソメ、こしょう
12 (火)	坦々麺 菜の花のツナマヨサラダ レバーのオレンジ煮 果物	スポロン 牛乳 ★食パンアマンド	中華めん、マヨネーズ、スパゲティ、はちみつ、ねりごま、グラニュー糖、砂糖、食パン	牛乳、鶏レバー、牛ひき肉、豚ひき肉、ハチ味噌、ハム、ツナ缶、卵、脱脂粉乳、バター、アーモンド	いちご、たまねぎ、マーマレードジャム、なの花、コーン、にんじん、小ねぎ、レーズン、バナナ	酒、ラーメンスープ、しょうゆ、おろししょうが、テンメンジャン、塩、こしょう、トウバンジャン
13 (水)	☆わかめごはん 魚の煮付け チンゲン菜のごま和え エリンギスープ	果物 紫の野菜ジュース 牛乳 ☆黄桃かん	米、グラニュー糖、砂糖	牛乳、魚、ごま	バナナ、もも、たまねぎ、エリンギ、チンゲンサイ、こまつな、もやし、にんじん、小ねぎ、かんてん	酒、しょうゆ、おろししょうが
14 (木)	麦ごはん ポークチャップ 切り昆布の煮物 厚揚げのみそ汁	おかかいりこ メロンゼリー 牛乳 ヤクルト ☆ジャムクッキーバー	米、小麦粉、砂糖、押麦、オートミール、油	豚肉、厚あげ、味噌、バター、さつまいも、油揚げ、卵、油揚げ、煮干し、脱脂粉乳、かつおパック	メロンジュース、たまねぎ、ごんぶ、にんじん、こまつな、アガー、わかめ、いちごジャム	ケチャップ、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、ほんだし、こしょう
15 (金)	麦ごはん ブルコギ炒め グリーンサラダ はんぺんのすまし汁	マンゴーゼリー 牛乳 ぶどうジュース ☆りんごカップケーキ	米、押麦、油、砂糖、はるさめ、ごま油、小麦粉	牛肉、はんぺん、煮干し、花かつお、ごま	マンゴージュース、たまねぎ、きゅうり、もやし、レタス、にんじん、ブロッコリー、にら、アスパラガス、りんご、わかめ	しょうゆ、酢、酒、コチュジャン、みりん、おろしにんにく、塩、こしょう
16 (土)		お菓子				

★はスキムミルクを使用しています。

■は新メニューです。



・ご飯に押し麦を使用しています。

園で使用しているお米は「大分県産米」です。

日 曜	昼食	未満児おやつ 3時おやつ(☆は手作り)	主な材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱とカになるもの	油や肉や卵になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
18 (月)	麦ごはん ソーセージと大豆のトマト煮 わかめとちくわのナムル ごまいりこ	オレンジゼリー 牛乳 ヤクルト ☆おからドーナツ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、押麦、油、ごま油	鶏肉、ウインナー、牛乳、たいず、卵、ちくわ、煮干し、おから、ごま	オレンジジュース、たまねぎ、トマト缶、もやし、にんじん、しめじ、アガー、わかめ	コンソメ、みりん、しょうゆ
19 (火)	ごはん ★魚のフライタルタルソース 白菜の納豆和え 大根のみそ汁	果物 野菜ジュース 牛乳 ☆マドレーヌ	米、小麦粉、パン粉、マヨネーズ、砂糖、マーガリン、油	牛乳、白身魚、卵、味噌、納豆、油揚げ、煮干し、脱脂粉乳、ごま	りんご、たまねぎ、だいこん、はくさい、もやし、にんじん、こまつな	しょうゆ、パセリ粉、こしょう
20 (水)	麦ごはん 中華風ローストチキン キャベツサラダ ★キャロットスープ	チーズ ミックスゼリー 牛乳 ☆へこやき	米、じゃがいも、小麦粉、黒砂糖、油、押麦、砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、牛乳、脱脂粉乳、卵、ハム、ごま	にんじん、りんごジュース、たまねぎ、マンゴージュース、キャベツ、きゅうり、コーン、アガー	酢、しょうゆ、コンソメ、おろししょうが、みりん、おろしにんにく、塩、こしょう
21 (木)	★カレーうどん えのきの酢の物 レバーの味噌煮 果物	緑黄色野菜ジュース 牛乳 ☆白いクッキー	うどん、小麦粉、じゃがいも、砂糖、片栗粉、油	牛乳、鶏レバー、豚肉、バター、油揚げ、アーモンド、脱脂粉乳、煮干し、ハチ味噌、花かつお、ごま	バナナ、たまねぎ、えのきたけ、きゅうり、にんじん、小ねぎ、わかめ	カレーウ、みりん、酢、酒、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが、カレー粉、塩
22 (金)		スポロン ジョア お菓子				
23 (土)	ごはん 牛肉とごぼうの煮物 大根と水菜のサラダ レタススープ	いりこ 黄色いゼリー 牛乳 N1ヨーグルト	米、こんにゃく、砂糖、油	牛肉、ツナ缶、ごま、いりこ	野菜ジュース(黄)、だいこん、たまねぎ、きゅうり、レタス、ごぼう、にんじん、みずな、アガー	酒、みりん、酢、しょうゆ
25 (月)	もち麦ごはん 鶏ちゃんこ 切干のカレー炒め アーモンドいりこ	果物 野菜ジュース 牛乳 ☆さつまいもロール	米、小麦粉、さつまいも、しらす、砂糖、押麦、粉糖、油	牛乳、鶏肉、ベーコン、だいず、いりこ、バター、アーモンドグイス、卵、油揚げ	オレンジ、だいこん、はくさい、にんじん、長ねぎ、切り干しだいこん	オイスターソース、しょうゆ、みりん、ドライイースト、塩、カレー粉、シナモン、コンソメ、おろしにんにく、おろししょうが
26 (火)	筍の混ぜご飯 ★鮭のグリーンソースがけ 野菜のあっさり煮 アスパラとコーンのスープ	アップルゼリー ぶどうジュース 牛乳 ☆チョコチップクッキー	米、小麦粉、グラニュー糖、砂糖、こんにゃく、マヨネーズ	牛乳、鮭、鶏肉、油揚げ、バター、卵、脱脂粉乳、凍り豆腐	たまねぎ、たけのこ、にんじん、だいこん、コーン、アスパラガス、ほうれん草、アガー	だし汁、みりん、酒、しょうゆ、酒、こしょう、和風だし
27 (水)	焼きそば 甘酢れんこん オニオンスープ 果物	オレンジジュース 牛乳 ☆みたらし団子	中華めん、じゃがいも、だんご粉、白玉粉、砂糖、三温糖、片栗粉、油	牛乳、豚肉、えび、かまぼこ、ハム、バター	バナナ、たまねぎ、もやし、れんこん、キャベツ、にんじん、きゅうり、えのきたけ	酢、しょうゆ、焼きそばソース、パセリ粉、塩
28 (木)	ごはん 手羽中のこっくり煮 コロコロチーズサラダ かきたま汁	いりこ 果物 牛乳 ☆手作りプディング	米、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、油	鶏肉、牛乳、卵、ハム、チーズ、煮干し、花かつお、いりこ	キウイフルーツ、たまねぎ、えのきたけ、きゅうり、にんじん、コーン、小ねぎ、バナナ	しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが、塩、こしょう
30 (土)	雑穀ごはん 鶏肉と大根のうま煮 マロニーの酢の物 あおさのみそ汁	パインゼリー 牛乳 N1ヨーグルト	米、さといも、ざつこ、グラニュー糖、マロニー	鶏肉、味噌、煮干し、ごま	だいこん、きゅうり、パイナップル、たまねぎ、えのきたけ、しいたけ、にんじん、ねぎ、アガー、のり	酢、しょうゆ

まんまるーおより
ご入園・ご進級おめでとうございます。

今年度も、日々の食事を通して、子ども達の成長・発達を見守っていきたいと思います。
子ども達が楽しみとなるような食事づくりを心がけていきます。 よろしくお祈りします

長蘭・用松愛・佐藤里咲・佐藤夕莉・財津陽菜里

