

# 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)			
			熱と力になるもの	油や肉や卵になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1 (土)	<b>入園式</b>					
3 (月)	和風スパゲティ いんげんのごま和え ★ほうれん草とコーンのチャウダー 黄色いゼリー	リンゴジュース 牛乳 ☆シュガーツイスト	スパゲティ、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、粉糖	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、ベーコン、バター、卵、ごま、チーズ	野菜ジュース、たまねぎ、いんげん、きゅうり、ほうれん草、しめじ、にんじん、コーン、アガー、小ねぎ、のり	しょうゆ、和風だし、コンソメ、ドライイースト、おろしにんにく、塩
4 (火)	麦ごはん コロッケ もやしのナムル レタススープ	オレンジジュース 牛乳 ★レーズンスティック	米、じゃがいも、小麦粉、パン粉、グラニュー糖、油、押し麦、ごま油、砂糖	牛乳、卵、豚ひき肉、牛ひき肉、バター、かにかま、脱脂粉乳、いりこ	バナナ、たまねぎ、レタス、もやし、きゅうり、にんじん、レーズン	ケチャップ、ソース、しょうゆ、こしょう
5 (水)	ごはん 豚肉のオイスター炒め 切り昆布の煮物 大根のみそ汁	牛乳 ヤクルト ☆さつま芋のぐるぐるパイ	米、さつまいも、砂糖、油、片栗粉	豚肉、味噌、さつま揚げ、牛乳、油揚げ、バター、煮干し、卵、ごま	アセロラジュース、たまねぎ、だいこん、こんぶ、にんじん、パプリカ、パプリカ、ピーマン、こまつな、アガー	オイスターソース、みりん、しょうゆ、おろしにんにく、ほんだし
6 (木)	雑穀ごはん 厚揚げ筑前煮 きゅうりの酢の物 千草焼き	野菜ジュース 牛乳 ☆米粉蒸しパン	米、じゃがいも、米粉、砂糖、こんにゃく、ざつこく、油	牛乳、鶏肉、卵、厚揚げ、おから、しらす干し、脱脂粉乳、アーモンド、ごま	キウイフルーツ、にんじん、れんこん、キャベツ、わかめ、バナナ、いちご	しょうゆ、酢、みりん、おろししょうが、和風だし、コンソメ、こしょう
7 (金)	ごはん 鮭のみそオイル焼き 青菜のおかか和え かまぼこのすまし汁	ぶどうジュース 牛乳 ☆海鮮チヂミ	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、鮭、かまぼこ、卵、カルピス、えび、いか、煮干し、花かつお、かつおバック	たまねぎ、にんじん、ほうれん草、こまつな、もやし、しめじ、にら、小ねぎ、アガー	しょうゆ、酒、酢、みりん、和風だし、コンソメ、こしょう
8 (土)	麦ごはん カレー粉いりこ 牛肉と切干大根の煮物 ★ひじきのゴママヨネーズ 春雨スープ	牛乳 プリン	米、マヨネーズ、押し麦、はるさめ、ねぎ、ごま、こんにゃく、砂糖、油、マーガリン	牛肉、だいず水煮、ハム、いりこ、脱脂粉乳	りんご、きゅうり、たまねぎ、にんじん、切り干したごん、いんげん、芽ひじき、わかめ、しいたけ	酒、みりん、中華スープ、しょうゆ、ほんだし、おろししょうが、カレー粉
10 (月)	麦ごはん 豚肉とさつま芋の炒めもの ほうれん草とツナの昆布和え かきたま汁	リンゴジュース ☆黄桃かん	米、さつまいも、グラニュー糖、押し麦、砂糖、油	豚肉、卵、ツナ缶、煮干し、花かつお、いりこ	オレンジ、たまねぎ、もも、ほうれん草、にんじん、えのきたけ、もやし、小ねぎ、かんてん、塩こんぶ	しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが
11 (火)	もち麦ごはん 魚の韓国風煮 フレンチサラダ わかめのみそ汁	牛乳 野菜ジュース ★トマトポッキー	米、小麦粉、砂糖、押し麦、油	さば(40g)、味噌、脱脂粉乳、煮干し、バター、白身魚	マンゴージュース、たまねぎ、わかめ、レタス、きゅうり、にんじん、トマトジュース、コーン、ピーマン、パプリカ、小ねぎ、ア	酒、本みりん、酢、しょうゆ、ソース、おろししょうが、コチュジャン、コンソメ、塩、こしょう
12 (水)	ぎつねうどん ★マセドアンサラダ レバーの甘辛煮 アップルゼリー	スポロン 牛乳 ★桜あんパン	うどん、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、マカロニ、ごま油	鶏レバー、粒あん、牛乳、すし揚げ、かまぼこ、チーズ、脱脂粉乳、煮干し、ハム、バター、花かつお、卵、ごま	りんごジュース、きゅうり、コーン、にんじん、小ねぎ、アガー、わかめ、しょうが	しょうゆ、酒、しょうゆ、みりん、ドライイースト、塩
13 (木)	青菜じゃこごはん パン粉グリルチキン ごぼうのキーマカレー風 ★ブロッコリーのミルクスープ	牛乳 ヤクルト ☆パンキンシフォンケーキ	米、小麦粉、グラニュー糖、油、パン粉、オリーブ油、ごま油	牛乳、鶏肉、豚ひき肉、脱脂粉乳、だいず水煮、卵白、卵黄、チーズ、バター、しらす干し、ごま	キウイフルーツ、たまねぎ、ごぼう、かぼちゃ、しめじ、ブロッコリー、にんじん、オレンジ	みりん、しょうゆ、コンソメ、カレー粉、おろしにんにく、おろししょうが、酒、パセリ粉、こしょう
14 (金)	麦ごはん ★マーボー豆腐 チンゲン菜とちくわのナムル さつま芋の甘煮	ぶどうジュース 牛乳 ☆きな粉団子	米、さつまいも、だんご粉、砂糖、押し麦、白玉粉、ごま油、片栗粉、スパゲティ	牛乳、豆腐、豚ひき肉、ちくわ、きな粉、ハチ味噌、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、チンゲンサイ、もやし、にんじん、ねぎ、しいたけ	酒、しょうゆ、テンメシジャン、酒、みりん、おろししょうが、トウバンジャン
15 (土)	ごはん 牛肉とアスパラの炒めもの 春雨とささみの酢の物 ミネストローネスープ	牛乳 N1ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、はるさめ、マカロニ、片栗粉、油	牛肉、鶏ささみ(筋なし)、ベーコン、ごま	カットマト缶、たまねぎ、きゅうり、にんじん、白桃缶、キャベツ、アスパラガス、パプリカ、アガー	オイスターソース、酢、酒、しょうゆ、コンソメ、トウバンジャン
17 (月)	ごはん ★シーフードグラタン ★ポテトサラダ オニオンスープ	スポロン 牛乳 ★りんごおやき	米、じゃがいも、砂糖、小麦粉、マヨネーズ、マカロニ、油	牛乳、シーフードミックス、チーズ、脱脂粉乳、バター、卵、ハム	野菜ジュース、たまねぎ、りんご、きゅうり、えのきたけ、にんじん、ブロッコリー、コーン、しめじ、ア	コンソメ、パセリ粉

★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)			
			熱と力になるもの	油や肉や卵になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
18 (火)	雑穀ごはん 手羽元のオレンジ煮 もやしといかのナムル キャベツと豚肉のみそ汁	ぶどうジュース 牛乳 ☆小学芋	米、さつまいも、はちみつ、油、ざつこく、砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、豚肉、味噌、いか、煮干し、ごま、いりこ	キウイフルーツ、オレンジジュース、たまねぎ、ほうれん草、キャベツ、もやし、にんじん、小ねぎ、バナナ	しょうゆ
19 (水)	麦ごはん ★魚のフライタルタルソース コーンサラダ えのきのすまし汁	牛乳 ヤクルト ☆おからセサミ	米、パン粉、油、小麦粉、押し麦、マヨネーズ、砂糖	白身魚、卵、おから、ごま、煮干し、花かつお、脱脂粉乳	ピーチジュース、たまねぎ、えのきたけ、きゅうり、レタス、コーン、にんじん、アガー、わかめ、あおのり	酢、しょうゆ、酒、みりん、塩、パセリ粉、こしょう
20 (木)	★ジャージャー麺 高野豆腐の煮つけ もやしスープ 果物	オレンジジュース 牛乳 筍の混ぜこみおにぎり	中華めん、米、砂糖、こんにゃく、油	牛乳、豚ひき肉、鶏肉、ハチ味噌、油揚げ、高野豆腐、脱脂粉乳	りんご、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこ、えのきたけ、こまつな、なす、パプリカ、長ねぎ、しいたけ、小ねぎ、しょうが	みりん、酒、しょうゆ、トウバンジャン、和風だし、コンソメ
21 (金)	麦ごはん ハワイアンポークソテー ピーマンのきんぴら ★野菜のスキムポタージュ	紫の野菜ジュース 牛乳 ☆チーズ蒸しケーキ	米、じゃがいも、こんにゃく、砂糖、押し麦、ごま油	牛乳、豚肉、クリームチーズ、脱脂粉乳、卵、ごま	メロンジュース、だいこん、ごぼう、たまねぎ、にんじん、ピーマン、パイナップル、アガー、セロリー	しょうゆ、ケチャップ、ソース、コンソメ、みりん、おろしにんにく、パセリ粉、こしょう
22 (土)	<b>遠足</b>					
24 (月)	ひじきごはん ブルコギ炒め ★アスパラとツナのマヨサラダ 若竹汁	オレンジジュース 牛乳 ☆甘食	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、スパゲティ、はるさめ、マーガリン、ごま油、油	牛乳、牛肉、ツナ缶、煮干し、油揚げ、脱脂粉乳、花かつお、卵、ごま	ぶどうジュース、たまねぎ、もやし、たけのこ、アスパラガス、にんじん、コーン、わかめ、にら、アガー、芽ひじき、しいたけ	みりん、酒、しょうゆ、コチュジャン、おろしにんにく
25 (火)	ごはん 魚の昆布チーズ焼き 根菜のごまがらめ 豆腐のみそ汁	野菜ジュース スポロン ★ウインナーパン	米、小麦粉、さつまいも、砂糖	乳酸菌飲料、白身魚、豆腐、ウインナー、味噌、低脂肪、チーズ、鶏肉、脱脂粉乳、煮干し、油揚げ、バター、ごま	バナナ、えのきたけ、にんじん、れんこん、ごぼう、小ねぎ、塩こんぶ、わかめ	酒、ケチャップ、みりん、しょうゆ、おろしにんにく、ドライイースト、塩
26 (水)	麦ごはん チキンソテーマトソース じゃが芋とベーコンのサラダ ★かぼちゃスープ	リンゴジュース 牛乳 ★いちごスコーン	米、小麦粉、じゃがいも、押し麦、砂糖、油	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、低脂肪、バター、ベーコン、卵、いりこ	オレンジジュース、かぼちゃ、たまねぎ、いちごジャム、カットマト缶、きゅうり、にんじん、アガー	酢、コンソメ、しょうゆ、おろしにんにく、こしょう、パセリ粉
27 (木)	野菜みそラーメン 大根の酢の物 チーズ パインゼリー	牛乳 ジョア ★チョコカップケーキ	中華めん、グラニュー糖、小麦粉、砂糖	ジョア、豚肉、卵、バター、ハチ味噌、なると、ハム、脱脂粉乳、牛乳、ごま	パイナップル、だいこん、キャベツ、たまねぎ、もやし、きゅうり、コーン、にんじん、ア	ラーメンスープ、酢、しょうゆ
28 (金)	<b>ハッピーランチデー</b>	牛乳 りんごジュース お菓子				

## まんまる一むより

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・クッキング等を考えていきます。  
よろしくお祈りいたします

