

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	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
1 (月)	麦ごはん ★ハヤシライス ★卵サラダ ごまいりこ	チーズ ベジタブルゼリー 牛乳 ☆アマレット	牛乳	米、じゃがいも、グラニュー糖、押麦、マヨネーズ、マカロニ、砂糖、油	牛乳、豚肉、卵、アーモンド、卵白、脱脂粉乳、いりこ、ごま	野菜ジュース、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、アガー	ハヤシルウ、ワイン、ケチャップ、みりん、塩、こしょう
2 (火)	ごはん 魚の煮付け パンシースー 厚揚げのみそ汁	果物 オレンジジュース 牛乳 ☆いちごの絹衣	牛乳	米、砂糖、白玉粉、小麦粉、はるさめ、グラニュー糖、ごま油、油	牛乳、魚、厚あげ、こしあん、味噌、ハム、煮干し	りんご、たまねぎ、きゅうり、にんじん、いちご、こまつな、わかめ	酒、酢、しょうゆ、おろししょうが
3 (水)	筍の混ぜご飯 ハワイアンポークソテー ブロッコリーサラダ ★かぼちゃスープ	果物 ぶどうジュース 牛乳 ★ココアメロンパン	牛乳	米、小麦粉、グラニュー糖、油、砂糖、こんにゃく	牛乳、豚肉、鶏肉、脱脂粉乳、油揚げ、バター、卵	キウイフルーツ、かぼちゃ、たまねぎ、きゅうり、たけのこ、ブロッコリー、にんじん、パイナップル、コーン	しょうゆ、酢、ケチャップ、ソース、みりん、酒、コンソメ、ドライイースト、塩、バセリ、こしょう
4 (木)	雑穀ごはん 鶏肉と根菜の甘酢炒め 青菜の納豆和え レタススープ	いりこ メロンゼリー 野菜ジュース 牛乳 ☆バナナシフォン	牛乳	米、さつまいも、小麦粉、砂糖、ごま油、油、グラニュー糖、片栗粉	牛乳、鶏肉、卵白、納豆、卵黄、ごま、いりこ	メロンジュース、たまねぎ、レタス、にんじん、ほうれんそう、れんこん、こまつな、バナナ、えのきたけ、アガー	酢、しょうゆ
5 (金)	★スープスパゲティ ★ココロチーズサラダ エビシウマイ 果物	リンゴジュース 牛乳 ☆春色おにぎり	牛乳	米、スパゲティ、じゃがいも、マヨネーズ、オリーブ油	牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、鮭フレーク、ハム、チーズ、卵、生クリーム、バター	いちご、クリームコーン、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しめじ、コーン、こまつな、バナナ	コンソメ、酢(cc)、しょうゆ、みりん、こしょう
6 (土)	お弁当の日	入園式					
08 (月)	もち麦ごはん 牛肉とアスパラの炒めもの 野菜のあっさり煮 キャベツのみそ汁	パンゼリー 紫の野菜ジュース 牛乳 ☆よりより	牛乳	米、小麦粉、グラニュー糖、押麦、油、黒砂糖、片栗粉、砂糖	牛乳、牛肉、味噌、ごま、卵、油揚げ、煮干し、凍り豆腐	たまねぎ、キャベツ、ごぼう、にんじん、たいこん、こまつな、パプリカ、パプリカ、アスパラガス、小ねぎ	だし汁、オイスターソース、みりん、しょうゆ、酒
09 (火)	ごはん ★ポテちくわ きゅうりの酢の物 中華スープ	いりこ 果物 スポン 牛乳 ★元気もりパン	牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、マヨネーズ、小麦粉、片栗粉、油、砂糖	牛乳、ちくわ、卵、かにかまぼこ、脱脂粉乳、バター、ごま、いりこ	いちご、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、にんじん、ミックスベジタブル、ほうれんそう、こまつな、わかめ、バナナ	とんかつソース、しょうゆ、中華だしの素、しょうゆ、塩、ドライイースト、こしょう
10 (水)	味噌ラーメン ★ごぼうサラダ レバーの甘辛煮 果物	リンゴジュース 牛乳 ☆ごまきなこ団子	牛乳	中華めん、だんご粉、砂糖、マヨネーズ、白玉粉、ごま油、スパゲティ	牛乳、鶏レバー、焼き豚、ハチ味噌、なると、ハム、きな粉、脱脂粉乳、すりごま(黒)、ごま	オレンジ、もやし、きゅうり、にんじん、小ねぎ、ごぼう、しょうが	ラーメンスープ、酒、しょうゆ、こしょう
11 (木)	麦ごはん 魚のホイル焼き チンゲン菜といかのナムル 若竹汁	グレーゼリー 牛乳 野菜ジュース ★チョコカップケーキ	牛乳	米、グラニュー糖、小麦粉、押麦、ごま油、砂糖	自身魚、卵、バター、いか(冷凍)、バター、煮干し、花かつお、脱脂粉乳、牛乳	ぶどうジュース、たまねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、たけのこ、にんじん、しめじ、わかめ、アガー	しょうゆ、みりん、こしょう
12 (金)	ごはん 豚肉と切り干しの炒め煮 キャベツとコーンのサラダ もやしスープ	おかかいりこ 果物 牛乳 牛乳 ☆ミートパイ	牛乳	米、こんにゃく、油、砂糖、小麦粉、ごま油	牛乳、豚肉、豚ひき肉、肉、牛ひき肉、卵、かつおパック	バナナ、たまねぎ、にんじん、もやし、キャベツ、きゅうり、こまつな、切り干しだいこん、コーン、さやえんどう	酢、しょうゆ、酒、みりん、おろししょうが、こしょう、塩、ナツメグ
13 (土)	麦ごはん ガリパタチキン じゃこビー炒め ★きのことベーコンのミルクスープ	アップルゼリー 牛乳 N1ヨーグルト	牛乳	米、じゃがいも、押麦、グラニュー糖、砂糖、油	低脂肪、鶏肉、脱脂粉乳、ベーコン、しらす干し、バター	りんごジュース、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんじん、ピーマン、アガー	しょうゆ、コンソメ、酒、みりん、おろしにんにく、こしょう
15 (月)	雑穀ごはん ★牛肉とごぼうの炒め煮 ★いんげんのごまマヨネーズ トマトとたまごのスープ	チーズ いりこ ミックスゼリー 牛乳 ☆カルビス蒸しパン	牛乳	米、こんにゃく、ごま油、マヨネーズ、砂糖、グラニュー糖、油	牛乳、牛肉、卵、カルビス、脱脂粉乳、ごま、いりこ	りんごジュース、トマト、たまねぎ、ごぼう、きゅうり、マンゴージュース、いんげん、にんじん、こまつな、さやえんどう	みりん、しょうゆ、酒
16 (火)	鶏そぼろと揚げの混ぜご飯 魚の西京焼き 昆布の五目煮 アスパラとコーンのスープ	果物 牛乳 ヤクルト ☆フライドポテト	牛乳	じゃがいも、米、ごま油、こんにゃく、砂糖、油	魚、鶏ひき肉、厚あげ、油揚げ、みそ、さつま揚げ、ハチ味噌	ゴールドキウイ、たまねぎ、こんぶ、コーン、にんじん、アスパラガス、えのきたけ、しょうが、オレンジ	みりん、酒、しょうゆ、ほんだし

★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	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
17 (水)	ごはん 手羽中の甘辛揚げ わかめの酢の物 ミネストローネスープ	スポン 牛乳 ★マーブルクッキー	牛乳	米、小麦粉、グラニュー糖、片栗粉、砂糖、油(cc)、マカロニ	牛乳、鶏肉、バター、ベーコン、卵、脱脂粉乳、ごま、鶏肉	ピーチジュース、カットトマト缶、きゅうり、たまねぎ、だいこん、わかめ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、アガー	酢、みりん、しょうゆ、コンソメ
18 (木)	焼きそば ひじきとれんこんのサラダ すりなかし汁 果物	オレンジジュース 牛乳 ☆青菜じゃこおにぎり	牛乳	中華めん、米、ながいも、砂糖、ごま油、油(cc)	牛乳、豚肉、えび、かまぼこ、ハム、煮干し、しらす干し、花かつお、ごま	りんご、たまねぎ、だいこん、もやし、れんこん、キャベツ、えのきたけ、にんじん、トウモロコシ、小ねぎ、芽ひじき	しょうゆ、ソース、酢、みりん
19 (金)	麦ごはん 中華風ローストチキン 小松菜とちくわのナムル ★白菜のミルクスープ	マンゴーゼリー 野菜ジュース 牛乳 ☆焼きまんじゅう	牛乳	米、小麦粉、押麦、砂糖、グラニュー糖、ごま油	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、ベーコン、ちくわ、卵、ごま	マンゴージュース、たまねぎ、はくさい、こまつな、チンゲンサイ、にんじん、アガー	しょうゆ、おろししょうが、みりん、おろしにんにく、バセリ粉
20 (土)	ごはん お手軽酢豚 高野豆腐の卵とじ 春雨スープ	フルーツゼリー 牛乳 N1ヨーグルト	牛乳	米、じゃがいも、グラニュー糖、はるさめ、片栗粉、砂糖、油	豚肉、鶏肉、卵、高野豆腐	たまねぎ、にんじん、もも、みかん、パイナップル、パプリカ、小ねぎ、アガー、しいたけ	酢、ケチャップ、しょうゆ、中華スープ、おろししょうが
22 (月)	ごはん がめ煮 ★スパゲティサラダ ★しらす入り卵焼き	スポン 牛乳 ★桜あんパン	牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、こんにゃく、マヨネーズ、砂糖、スパゲティ、油	牛乳、鶏肉、卵、粒あん、脱脂粉乳、しらす干し、バター、ごま	バナナ、ごぼう、れんこん、きゅうり、にんじん、コーン、オレンジ	酒、みりん、しょうゆ、ドライイースト、塩
23 (火)	麦ごはん ミラノ風カツレツ 切干とがんもどきの含め煮 まいたけのみそ汁	果物 牛乳 ★フルーツ杏仁豆腐	牛乳	米、生パン粉、砂糖、押麦、グラニュー糖、小麦粉、オリーブ油、油(cc)	豚肉、低脂肪、味噌、がんもどき、卵、煮干し、油揚げ、脱脂粉乳、花かつお	キウイフルーツ、みかん、たまねぎ、まいたけ、白桃缶、パイナップル、トマト缶、切り干しだいこん、にんじん	ケチャップ、酒、みりん、コンソメ、バセリ粉、クレージーソルト、こしょう
24 (水)	ごはん 鮭のハニーマヨネーズ 青菜のごま和え ★ごぼうポタージュ	黄色いゼリー ぶどうジュース 牛乳 ☆ぼっほ焼き	牛乳	米、小麦粉、じゃがいも、黒砂糖、マヨネーズ、はちみつ、グラニュー糖、砂糖	牛乳、鮭、脱脂粉乳、ごま	野菜ジュース(黄)、ごぼう、たまねぎ、ほうれんそう、こまつな、もやし、にんじん、アガー、レモン	コンソメ、しょうゆ、バセリ粉、酒
25 (木)	★カレーうどん えのきの酢の物 たこやき いりこ	アセロラゼリー 紫の野菜ジュース 牛乳 ☆おふラスク	牛乳	うどん、たこやき冷凍、マーガリン、グラニュー糖、じゃがいも、鮭、片栗粉、砂糖、油	牛乳、豚肉、油揚げ、煮干し、花かつお、脱脂粉乳、ごま、いりこ	アセロラジュース、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、にんじん、アガー、小ねぎ、わかめ、あおのり	カレー粉、酢、みりん、しょうゆ、カレー粉、たこやきソース
26 (金)	ハッピーランチデー	りんごジュース プリン					
27 (土)	遠足						
30 (火)	もち麦ごはん ★照り焼きハンバーグ ココロロマリネ かきたま汁	青のりいりこ カルビスゼリー 野菜ジュース 牛乳 ☆黒糖丸ぼうろ	牛乳	米、小麦粉、黒砂糖、押麦、グラニュー糖、油、はちみつ、生パン粉、砂糖、ごま油	牛乳、卵、鶏ひき肉、牛ひき肉、カルビス、ハム、いりこ、煮干し、花かつお、脱脂粉乳	たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、えのきたけ、小ねぎ、アガー、あおのり	酢、酒、しょうゆ、みりん、おろししょうが、こしょう

まんまるーおより

ご入園・ご進級おめでとございます。

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く思います。

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。

よろしくお願いいたします

