

平成28年 4月 献立予定表

平成28年3月24日 城山幼稚園

日	曜	昼食	慣らし保育期間 (午前のおやつ)	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	おやつ	エネルギー
1	金	ごはん 鶏マヨ 春雨サラダ		鶏肉 じゃこ のり かつお節 さくらえび	白米 薄力粉 油 春雨 マヨネーズ 片栗粉 コーン	人参 玉ねぎ ケチャップ ピーマン きゅうり	ふりかけ おにぎり	730
2	土	和風スパゲティ コンソメスープ		ベーコン ワカメ かつお節 のり	スパゲティ 油 バター 菓子	人参 玉ねぎ しめじ キャベツ	菓子	268
4	月	ごはん ツナと豆腐の卵とじ たくあんサラダ		ツナ缶 卵 ワカメ 豆腐 かつお節	白米 砂糖 油	玉ねぎ 人参 長ネギ きゅうり キャベツ 漬物	ワカメおにぎり	486
5	火	雑穀米 肉じゃが 薄焼き卵と春雨の甘酢和え		合挽肉 卵 チーズ スキムミルク	雑穀米 じゃがいも 砂糖 春雨 ごま ごま油 マヨネーズ 油	人参 玉ねぎ きゅうり いんげん	いもち	433
6	水	牛肉丼 もぐもぐゴンポー 牛乳		牛肉 じゃこ ハム 牛乳	砂糖 油 白米 片栗粉 マヨネーズ	人参 玉ねぎ 長ネギ 干椎茸 ごぼう きゅうり いんげん	じゃこおにぎり	694
7	木	高菜ごはん キャベツのクリームスープ れんこんと人参の金平		かつお節 ベーコン スキムミルク 牛乳 卵	白米 砂糖 コーン ごま油 油 薄力粉 バター ごま	高菜 キャベツ 玉ねぎ 人参 れんこん	ごまクッキー	455
8	金	ごはん 魚の和風マリネ 野菜のマヨネーズ和え 牛乳	始業式	魚 牛乳 スキムミルク 卵 かつお節 青のり	ごはん 薄力粉 油 砂糖 マヨネーズ ミックス粉	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 きゅうり バナナ	バナナケーキ	608
9	土	親子丼 野菜の塩昆布和え		鶏肉 卵 塩昆布 かまぼこ	砂糖 油 白米 菓子	玉ねぎ 人参 干椎茸 長ネギ きゅうり キャベツ	菓子	338
11	月	混ぜごはん かき卵汁 じゃがいものおかか煮		鶏肉 卵 牛乳 かつお節 豆腐 スキムミルク ワカメ	白米 砂糖 油 じゃがいも 薄力粉 バター	竹の子 人参 干椎茸 ごぼう	おからスコーン	523
12	火	ごはん 魚のオーロラソース 大根の和風サラダ 牛乳		魚 スキムミルク かつお節 牛乳 油揚	白米 マヨネーズ 砂糖 ごま	大根 人参 きゅうり ケチャップ	のり巻き おにぎり	576
13	水	ドライカレー ポテトスープ 入園を祝う会		合挽肉 ベーコン 卵 チーズ	白米 砂糖 じゃがいも 薄力粉 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ えのき	ピザ	526
14	木	ごはん 鶏肉の唐揚げ 野菜のピーナッツ和え	お菓子	鶏肉	白米 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 ピーナッツ 雑穀米	にんにく キャベツ 人参 もやし	雑穀おにぎり	535
15	金	スパゲティミートソース 野菜サラダ 牛乳	お菓子	合挽肉 牛乳 卵	スパゲティ 油 ごま 砂糖 片栗粉	人参 玉ねぎ キャベツ ケチャップ ピーマン トマトピューレ きゅうり	たまごボーロ	553
16	土	やきそば 野菜スープ		豚肉 青のり	中華麺 油 菓子	人参 玉ねぎ キャベツ しょうが	菓子	255
18	月	ごはん タンドリーチキン 和風サラダ 牛乳	お菓子	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク ひじき かつお節 牛乳	菓子 白米 砂糖 油	ケチャップ 人参 きゅうり キャベツ いんげん	ひじきおにぎり	628
19	火	竹の子ご飯 春雨スープ じゃがいものそばろ煮	お菓子	油揚げ ベーコン 合挽肉 豆腐 卵 スキムミルク きな粉	菓子 白米 油 砂糖 春雨 ごま油 じゃがいも ミックス 粉	人参 竹の子 白菜 小ねぎ 干椎茸 いんげん	豆腐の ふわふわドーナツ	538
20	水	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き 野菜の中華和え	お菓子	豚肉	菓子 白米 麦 砂糖 ごま油 ごま じゃがいも 油	人参 きゅうり キャベツ	ポテトチップス	428
21	木	ごはん すき焼き風煮 野菜と果物の甘酢和え	ポップコーン	牛肉 ツナ缶	白米 春雨 ポップコーン 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 白菜 人参 長ネギ 大根 きゅうり りんご	ツナマヨ おにぎり	633
22	金	カレーライス 野菜のフレンチ和え 牛乳	バナナ	合挽肉 牛乳 チーズ スキムミルク	じゃがいも 白米 油 砂糖 白玉粉 お菓子	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり バナナ	もちもち チーズパン	530
23	土	ごはん クリームシチュー ツナサラダ		鶏挽肉 卵 牛乳 スキムミルク ツナ缶	白米 油 マヨネーズ 砂糖 菓子	玉ねぎ 人参 グリーンピース きゅうり キャベツ	菓子	493
25	月	ごはん 松風焼き 野菜のじゃこ和え	お菓子	鶏挽肉 味噌 卵 じゃこ 青のり	菓子 白米 砂糖 コーン バター	玉ねぎ ほうれん草 人参 キャベツ	コーンおにぎり	407
26	火	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜のおかか和え 牛乳	ほうれん草 ケーキ	魚 スキムミルク 卵 かつお節 牛乳	ミックス粉 砂糖 白米 マヨネーズ パン粉 薄力粉	ほうれん草 キャベツ 人参 もやし 青のり	お好み焼き	653
27	水	ごはん 鶏肉のカレー揚げ 野菜の磯和え		鶏肉 のり	白米 薄力粉 油 砂糖 バター お菓子	にんにく しょうが キャベツ もやし しめじ えのき	きのこおにぎり	551
28	木	ごはん スペニッシュオムレツ 野菜のごま和え		ベーコン 卵 チーズ 牛乳 スキムミルク きな粉	白米 じゃがいも マヨネーズ 砂糖 ごま ミックス粉	人参 乾パセリ キャベツ もやし	きなこクッキー	592
30	土	ワカメごはん 卵スープ じゃがいものカレー炒め		ワカメ 卵	白米 ごま油 油 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草	お菓子	332

※材料はすべて(昼食・おやつ)一緒に表示してあります。

●主な材料だけを表示してあります。 ●献立及び材料は変更する場合があります。

※4月のお弁当デーは、まだ園生活に慣れていないためありませんので、5月に2回お弁当デーをいれたいと思います。