

令和6年 4月 予定献立表

日曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
1 月 15	1日 お赤飯	鶏肉の照り焼き	ひじきの煮物	紅白なます	若竹汁	ラスク	
	米 もち米 ささげ ごま 塩	鶏肉 みりん しょう油 酒	干ひじき 人参 油揚げ いんげん 素精糖 しょう油 なたね油	大根 人参 塩 酢 素精糖 (1日 菊の花)	わかめ 筍 しょう油 塩 かつお昆布だし	フランスパン 有塩バター 素精糖 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
	15日 ご飯						
2 火 16 30	いなかうどん			さつまいものレモン煮	ブロッコリーの磯辺和え	★そぼろおにぎり	
	うどん 鶏肉 油揚げ 人参 大根 長葱 しめじ ほうれん草 みそ しょう油 酒 かつおだし			さつまいも 素精糖 塩 レモン	ブロッコリー 海苔 しょう油 かつお昆布だし	米 鶏ひき肉 生姜 しょう油 素精糖 みりん なたね油 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
3 水 17	肉豆腐丼		アスパラのサラダ		じゃが芋と玉葱の味噌汁	フルーツあんみつ	
	米 豚肉 豆腐 長葱 白菜 えのき 人参 素精糖 しょう油 みりん かつお昆布だし 片栗粉	アスパラ キャベツ 人参 ハム 酢 塩 なたね油		じゃが芋 玉葱 あさつき 煮干しだし 味噌	りんごジュース 寒天 みかん缶 バイン缶 もも缶 バナナ 小豆 素精糖 黒砂糖 (クラッカー 牛乳)	スパゲッティ サラダ 汁物	
4 木 18	ご飯	鮭の竜田揚げ	わかめとしらすのサラダ		五目味噌汁	ブラウニー	
	米	さわら 酒 しょう油 生姜 にんにく 片栗粉 なたね油	わかめ キャベツ 胡瓜 人参 しらす 酢 なたね油 塩	鶏肉 豆腐 かぼちゃ 椎茸 長葱 味噌 煮干しだし	米粉 片栗粉 BP ココア 素精糖 なたね油 木綿豆腐 粉糖 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物	
5 金 19	パン	おからのミートローフ	ほうれん草のソテー		ささみのスープ	しめじご飯	
	バンドミー ジャム	おから 豚ひき肉 玉葱 豆乳 片栗粉 塩 トマトケチャップ	ほうれん草 もやし ツナ しょう油 塩 なたね油		ささみ 長葱 人参 片栗粉 しょう油 かつお昆布だし 塩	米 しめじ 人参 油揚げ しょう油 素精糖 塩 みりん なたね油 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
6 土 20	ご飯	鮭の味噌焼き	肉じゃが		キャベツと人参のすまし汁	クラッカーサンド	
	米	鮭 味噌 しょう油 酒 みりん	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 いんげん 素精糖 しょう油 みりん なたね油		キャベツ 人参 かつお昆布だし 塩 しょう油	クラッカー ジャム (果物 牛乳)	
8 月 22	ご飯	回鍋肉	かぶと胡瓜の浅漬け	牛蒡と人参の煮物	春雨スープ	マカロニきな粉	
	米	豚肉 酒 青ピーマン 人参 キャベツ にんにく 生姜 味噌 しょう油 素精糖 なたね油	かぶ 胡瓜 塩	牛蒡 人参 しょう油 素精糖 なたね油	春雨 鶏ひき肉 青梗菜 しめじ もやし 塩 しょう油 かつお昆布だし	マカロニ きな粉 素精糖 塩 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
9 火 23	ご飯	鶏肉のマーマレード焼き	大根と胡瓜のごま酢和え	炒り豆腐	★アスパラの味噌汁	フライドポテト	
	米	鶏肉 マーマレード しょう油 みりん 酒	大根 胡瓜 ごま 酢 素精糖 塩	豆腐 鶏ひき肉 人参 長葱 干し椎茸 酒 しょう油 塩 みりん	アスパラ 人参 玉葱 煮干しだし 味噌	じゃが芋 塩 あおりのり なたね油 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
10 水 24	ひき肉カレー		ひじきとコーンのサラダ		青菜とえのきのすまし汁	フルーツヨーグルト	
	米 豚ひき肉 玉葱 人参 いんげん 生姜 にんにく 塩 カレー粉 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ 中濃ソース	干ひじき 人参 胡瓜 コーン 酢 なたね油 塩 ごま油 しょう油		えのきたけ 青梗菜 人参 かつお昆布だし 塩 しょう油 (せんべい 麦茶)	ヨーグルト いちご みかん缶 もも缶 バイン缶 (果物 牛乳)	スパゲッティ サラダ 汁物	
11 木 25	ご飯	さばのみぞれ煮	小松菜のおかか和え	南瓜の煮物	白菜と椎茸の味噌汁	★筍ごはんおにぎり	
	米	まさば 塩 酒 片栗粉 なたね油 大根 あさつき 素精糖 しょう油 塩	小松菜 人参 かつお節 しょう油 かつお昆布だし	南瓜 素精糖 しょう油	白菜 椎茸 煮干しだし 味噌	米 筍 人参 油揚げ 酒 塩 しょう油 みりん 素精糖 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
12 金 26	ご飯	鶏肉のケチャップあんからめ	千切りキャベツ	大豆のサラダ	かぶと油揚げの味噌汁	★じゃが芋とチーズのスコーン	
	米	鶏肉 生姜 塩 酒 片栗粉 トマトケチャップ しょう油 素精糖	キャベツ	大豆 大根 胡瓜 人参 ツナ 酢 塩 なたね油	かぶ 油揚げ 味噌 煮干しだし	薄力粉 BP じゃが芋 バター 素精糖 牛乳 プロセスチーズ (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
13 土 27	ご飯	豚肉の生姜焼き	キャベツのごま和え		なめこ豆腐の味噌汁	レーズン蒸しパン	
	米	豚肉 玉葱 生姜 しょう油 みりん なたね油	キャベツ 人参 もやし ごま 素精糖 しょう油		なめこ 豆腐 長葱 煮干しだし 味噌	薄力粉 BP レーズン 素精糖 (果物 牛乳)	

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。
 1日は開園記念日の行事食です。
 ☆17日は誕生会です。
 ☆は新メニューです。
 今月の果物予定:りんご 柑橘系

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養値(幼児)	549Kcal	24.0g	19.3g	273mg
栄養目標値	596Kcal	20.0g	19.0g	258mg