



# 4月こんだてひょう



令和2年 清武中央こども園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	13 27	牛乳 せんべい	豆腐のそぼろ煮 ハムともやしの中華和え じゃが芋の味噌汁	豆腐・合いびき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・グリーンピース・油・砂糖・醤油 ハム・もやし・胡瓜・卵・油・酢・醤油・砂糖・ごま油 / 片栗粉・だし汁 じゃが芋・しめじ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ストロベリーマフィン <small>(ホットケーキミックス・牛乳・バター・卵・ジャム)</small>
火	14 28	牛乳 バナナ	魚の照り煮 菜の花風和え タケノコの味噌汁	切り身魚・生姜・砂糖・醤油・みりん・油 ほうれん草・人参・ホールコーン・砂糖・醤油 竹の子・玉ねぎ・油揚げ・(乾)わかめ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 グレーゼリー・クラッカー <small>(寒天パバ)</small>
水	1 15	牛乳 ビスコ	鶏のから揚げ ポテトサラダ・トマト 野菜スープ	鶏肉・塩P・醤油・ニンニク・生姜・小麦粉・油 じゃが芋・卵・胡瓜・人参・玉ねぎ・マヨネーズ・塩P / トマト (乾)わかめ・エノキ茸・キャベツ・人参・ねぎ・醤油・みりん・鶏がら	ごはん	牛乳 ロールカステラ
木	2 16 30	牛乳 卵ボーロ	パンプキンシチュー キャベツとコーンのサラダ ウインナー	鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぼちゃ・油・塩P・グリーンピース・シチューの素・牛乳 キャベツ・ホールコーン・人参・胡瓜・油・酢・砂糖・塩P ウインナー	パン	お茶 カップヨーグルト ビスケット
金	3	ヨーグルト	魚のチーズ焼き つわぶきの炒め煮 もやしスープ	白身魚・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン つわぶき・天ぷら・人参・ごま油・砂糖・醤油・だし汁 もやし・豆腐・生しいたけ・人参・ねぎ・醤油・煮干し	ごはん	牛乳 黒糖入り蒸しパン <small>(小麦粉・BP・黒砂糖・卵・バター・牛乳)</small>
土	4	牛乳 お菓子	肉うどん 春キャベツの即席漬け 果物	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・生しいたけ・葱・醤油・みりん・煮干し キャベツ・胡瓜・人参・昆布・塩 パイン缶		お茶 ドーナツ
月	6 20	牛乳 せんべい	筑前煮 ほうれん草のシラス干し和え 千切り大根の味噌汁	鶏肉・ちくわ・人参・いんげん・干し椎茸・じゃが芋・竹の子・油・砂糖・醤油・みりん・出し汁 ほうれん草・シラス干し・ごま・砂糖・醤油 千切り大根・人参・厚揚げ・にら・味噌・煮干し	ごはん	牛乳 ジャムサンド <small>(食パン・いちごジャム)</small>
火	7 21	ヨーグルト	魚のアップルソース 野菜サラダ もずくのスープ	白身魚・塩P・片栗粉・油・リンゴ・砂糖・酢・醤油・玉ねぎ トマト・胡瓜・キャベツ もずく・人参・エノキ茸・ねぎ・醤油・塩P・ごま油・かつお節・出し昆布	ごはん	牛乳 バナナ せんべい
水	8 22	牛乳 チーズ	ミネストローネ チキンの甘辛煮 おかか和え	ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃが芋・マッシュルーム・スパゲティ・さやいんげん・油 鶏肉・砂糖・醤油・酒・油 / 鶏がら・トマトピューレ・砂糖・醤油・ケチャップ 人参・胡瓜・醤油・かつお節	パン	お茶 おにぎり・きゅうりの浅漬け <small>(わかめご飯の素・ごま・胡瓜・酢・醤油・みりん)</small>
木	9 23	牛乳 コーンフレーク	和風キッシュ 白菜のツナ和え カボチャの味噌汁	豚ひき肉・長ねぎ・人参・生しいたけ・砂糖・醤油・豆腐・卵・塩・油 白菜・もやし・人参・ツナ缶・醤油・砂糖・ごま油・酢 南瓜・(乾)わかめ・人参・玉ねぎ・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	ココア牛乳 オレンジ クッキー
金	10 24	牛乳 クラッカー	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・グリーンピース・油・カレールー ひじき・シラス干し・人参・胡瓜・チーズ・ごま・ごま油・酢・醤油・塩・砂糖 みかん缶	ごはん	牛乳 プリン
土	11 25	牛乳 ビスケット	海賊ビーフン 大根葉の味噌汁 果物	ビーフン・豚肉・むきえび・いか・人参・玉ねぎ・キャベツ・にら・油・醤油・塩P 大根葉・しめじ茸・油揚げ・人参・味噌・煮干し バナナ		お茶 スティックパン
誕生会	17	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ・ウインナー スパゲティサラダ・果物	牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・いんげん・にんにく・油・カレールウ 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / ウインナー スパゲティ・胡瓜・人参・ハム・マヨネーズ・塩こしょう / りんご		牛乳 フルーツゼリー



都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。18日は親子遠足です