



令和4年4月南加納保育園

曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材 料	主食	3時 おやつ
月	11 25	牛乳 せんべい	豆腐のそぼろ煮 リャンパンサンスー 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 春雨・きゅうり・ハム・人参・卵・ごま油・砂糖・酢・醤油 / 片栗粉・だし汁 じゃが芋・(乾)わかめ・人参・ねぎ・味噌・煮干し	ごはん	牛乳・ピザトースト (食パン・ケチャップ・ツナ缶 ピーマン・玉ねぎ・とろけるチーズ)
火	12 26	飲むヨーグルト	魚のカレームニエル つわぶきの炒め煮・ブロッコリー たまごスープ	白身魚・カレー粉・小麦粉・バター・塩P・油 つわぶき・天ぷら・人参・ごま油・砂糖・醤油・だし汁/ブロッコリー 卵・椎茸・人参・小松菜・煮干し	ごはん	ココア牛乳 バナナ ビスケット
水	13 27	牛乳 チーズ	鶏のから揚げ マカロニサラダ・トマト 野菜スープ	鶏肉・塩P・醤油・ニンニク・生姜・小麦粉・片栗粉・油 ハム・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・レタス / トマト (乾)わかめ・エノキ茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・みりん	ごはん	牛乳 チーズ蒸しパン
木	28	牛乳 卵ボーロ	魚の照り煮 ほうれん草のごま和え 竹の子のみそ汁・りんご	白身魚・しょうが・砂糖・醤油・みりん・油 ほうれん草・人参・もやし・ごま・砂糖・醤油 竹の子・しめじ茸・人参・厚揚げ・ねぎ・味噌・煮干し/りんご	ごはん	牛乳 フルーツヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・みかん缶・りんご)
金	1 15	牛乳 ビスコ	パンプキンシチュー キャベツとコーンのサラダ オレンジ	鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・かぼちゃ・油・塩P・バター・シチュー粉・牛乳・グリーンピース キャベツ・ホールコーン・人参・きゅうり・油・酢・砂糖・塩P オレンジ	パン	牛乳 手作りプリン (プリン・素・牛乳・水)
土	2 16 30	牛乳 ハッピータン	海賊ビーフン ほうれん草の味噌汁	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 ほうれん草・えのき・油揚げ・人参・味噌・煮干し		牛乳 スティックパン
月	4 18	牛乳 りんご	じゃが芋の煮物 きゅうりのおかか和え ほうれん草のみそ汁・チーズ	じゃが芋・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・油・砂糖・醤油・みりん・出汁 人参・きゅうり・醤油・かつおぶし ほうれん草・厚揚げ・もやし・人参・味噌・煮干し/チーズ	ごはん	牛乳 ジャムサンド (サンドイッチパン・いちごジャム)
火	5 19	飲むヨーグルト	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・玉ねぎ・砂糖・酢・醤油 トマト・胡瓜・キャベツ もずく・人参・エノキ茸・豆腐・ねぎ・醤油・塩P・ごま油・鰹節・出し昆布	ごはん	牛乳 パイン缶 丸ボーロ
水	6 20	牛乳 チーズ	かぼちゃとミンチのみそ煮 白菜のツナ和え わかめすまし汁	合挽きミンチ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・いんげん・砂糖・醤油・みりん・味噌 白菜・もやし・人参・ツナ缶・醤油・砂糖・ごま油・酢 (乾)わかめ・豆腐・人参・ねぎ・醤油・塩・煮干し	ごはん	牛乳・ホットケーキ (小麦粉・バター・砂糖・卵・牛乳 ジャム・ベーキングパウダー)
木	7 21	牛乳 コーンフレーク	チキンカレー ごまじゃこ和え オレンジ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・にんにく・りんご・グリーンピース・油・カレールウ しめじ茸・人参・小松菜・ごま・砂糖・醤油 オレンジ	ごはん	牛乳 バームクーヘン
金	8 22	牛乳 みかん缶	ミネストローネ チキンの甘辛煮 ツナと野菜の甘酢サラダ	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 チキンスティック・砂糖・醤油・油 / トマトピューレ・砂糖・醤油・ケチャップ・塩P ツナ缶・ホールコーン・きゅうり・人参・酢・油・砂糖・塩P	パン	お茶 おにぎり (わかめご飯の素・ごま)
土	9 23	牛乳 クッキー	肉うどん 春キャベツの即席漬け	うどん・牛肉・砂糖・醤油・人参・生しいたけ・ねぎ・醤油・みりん・煮干し キャベツ・胡瓜・人参・塩こんぶ		牛乳 ミニパン
誕生会	14	牛乳 せんべい	カレーライス から揚げ・りんご スパゲティサラダ	豚肉・人参・玉葱・じゃが芋・グリーンピース・にんにく・油・カレールウ 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / りんご スパゲティ・胡瓜・人参・ツナ缶・マヨネーズ・塩こしょう	ごはん	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。