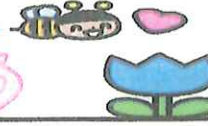


# 4月 こんだてひょう



令和4年4月 南今泉保育園

| 曜日  | 日             | 朝の未満児おやつ      | 副 食                                       | 材 料                                                                                                                       | 主食 | 3時 おやつ                                           |
|-----|---------------|---------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------|
| 月   | 4<br>18       | 牛乳<br>せんべい    | 豆腐のそぼろ煮<br>リャンパンサンスー<br>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<br>春雨・きゅうり・ハム・人参・卵・油・ごま油・砂糖・酢・しょうゆ/片栗粉・だし汁<br>じゃが芋・乾) わかめ・人参・ねぎ・味噌・煮干し               | ご飯 | 牛乳・ピザトースト<br>(食パン・ケチャップ・ツナ缶<br>ピーマン・玉ねぎ・とろーりチーズ) |
| 火   | 5<br>19       | 飲むヨーグルト       | 魚のカレームニエル 添) ブロッコリー<br>つわぶきの炒め煮<br>たまごスープ | 白身魚・塩こしょう・白ワイン・小麦粉・カレー粉・バター・油 /ブロッコリー<br>つわぶき・天ぷら・人参・ごま油・砂糖・醤油・だし汁<br>卵・生しいたけ・人参・小松菜・しょうゆ・鶏がら                             | ご飯 | ミルクココア<br>バナナ                                    |
| 水   | 6<br>20       | 牛乳<br>チーズ     | 鶏のから揚げ 添) トマト<br>マカロニサラダ<br>野菜スープ         | 鶏肉・塩P・醤油・ニンニク・生姜・小麦粉・片栗粉・油・酒 /トマト<br>ロースハム・きゅうり・人参・マカロニ・マヨネーズ・レタス<br>(乾) わかめ・えのき茸・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・みりん・鶏がら                    | ご飯 | 牛乳<br>りんご<br>かりんとう                               |
| 木   | 7<br>21       | 牛乳<br>卵ボーロ    | 魚の照り焼き<br>ほうれん草のごま和え<br>竹の子のみそ汁           | 白身魚・生姜・砂糖・しょうゆ・みりん・油<br>ほうれん草・人参・もやし・ごま・砂糖・しょうゆ<br>ゆで竹の子・しめじ茸・人参・厚揚げ・ねぎ・みそ・煮干                                             | ご飯 | お茶<br>フルーツヨーグルト<br>(ヨーグルト・もも缶・みかん缶・りんご)          |
| 金   | 22<br>(遠 足)   |               |                                           |                                                                                                                           |    |                                                  |
| 土   | 9<br>23       | 牛乳<br>あられ     | 海賊ビーフン<br>青菜のみそ汁                          | ビーフン・豚肉・むきえび・いか・人参・玉ねぎ・キャベツ・にら・油・ごま油<br>青菜・えのき茸・厚揚げ・人参・味噌・煮干し /醤油・塩こしょう                                                   |    | 牛乳<br>ステックパン                                     |
| 月   | 11<br>25      | 牛乳<br>りんご     | じゃが芋の煮物<br>きゅうりのおかか和え<br>ほうれん草のみそ汁        | じゃが芋・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・油・砂糖・しょうゆ・<br>人参・きゅうり・しょうゆ・かつおぶし /みりん・酒・だし汁<br>ほうれん草・厚揚げ・もやし・人参・みそ・煮干                            | ご飯 | 牛乳<br>ジャムサンド<br>(食パン・いちごジャム)                     |
| 火   | 12<br>26      | 飲むヨーグルト       | 魚のアップルソース<br>野菜サラダ<br>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<br>トマト・胡瓜・キャベツ<br>もずく・人参・えのき茸・豆腐・ねぎ・しょうゆ・塩こしょう・ごま・煮干                                         | ご飯 | 牛乳<br>いちご<br>丸ボーロ                                |
| 水   | 13<br>27      | 牛乳<br>ビスケット   | かぼちゃとミンチのみそ煮<br>白菜のツナ和え<br>わかめのすまし汁       | 合ミンチ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・いんげん・油・砂糖・しょうゆ・みりん・みそ<br>白菜・もやし・人参・ツナ缶・醤油・砂糖・ごま油・酢<br>豆腐・(乾) わかめ・人参・葱・醤油・塩・煮干し                           | ご飯 | 牛乳・ホットケーキ<br>(小麦粉・B.P・砂糖・卵<br>牛乳・バター・ジャム)        |
| 木   | 14<br>28      | 牛乳<br>チーズ     | ミネストローネ<br>チキンの甘辛煮<br>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<br>鶏肉・砂糖・醤油・ワイン・油 /塩こしょう・鶏がら・トマトピューレ・ケチャップ・砂糖・醤油<br>ツナ缶・ホールコーン・きゅうり・人参・酢・砂糖・塩こしょう | パン | お茶<br>おにぎり<br>(米・若布ご飯の素・ごま)                      |
| 金   | 1<br>15       | 牛乳<br>コーンフレーク | チキンカレー<br>ごまじゃこ和え<br>オレンジ                 | 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・にんにく・りんご<br>しめじ茸・人参・小松菜・ちりめんじゃこ・ごま・砂糖・しょうゆ<br>オレンジ                                        | ご飯 | 牛乳<br>バームクーヘン                                    |
| 土   | 2<br>16<br>30 | 牛乳<br>クッキー    | 肉うどん<br>春キャベツの即席漬け                        | 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<br>キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布・塩                                                                  |    | 牛乳<br>バナナ<br>クラッカー                               |
| 誕生会 | 8             | 牛乳<br>せんべい    | ビーフカレー<br>鶏肉のから揚げ<br>スパゲティサラダ みかん缶        | 牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・いんげん・にんにく・油・カレールウ<br>鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油<br>スパゲティ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう /みかん缶                                        | ご飯 | 牛乳<br>りんごゼリー                                     |



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。