

# 4月の献立



令和2年

ひろにわ保育所

	献立 (未満児主食)	10時のおやつ	3時のおやつ	体を作る	調子を整える	熱や力になる
1日	クリームシチュー (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉	玉葱 人参 コーン キャベツ 胡瓜	じゃが芋 油 シチュールー 酢 砂糖 塩
水	甘酢サラダ	ゼリー	お菓子		みかん缶	こしょう
2日	<b>入所式</b> 十勝ブレッド ミックスゼリー					
木	りんごジュース 丸ぼうろ					
3日	肉じゃが (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 豆腐 わかめ	玉葱 人参 牛蒡 干し椎茸 えのき	じゃが芋 糸蒟蒻 油 塩 醤油 砂糖 みりん
金	すまし汁 いちご	お菓子	ドーナツ	脱脂粉乳 きな粉	ネギ 苺	小麦粉 ベーキングパウダー バター
4日	スパゲティミートソース	牛乳	お茶	牛乳 合挽ミンチ 粉チーズ	玉葱 人参 エリンギ しめじ	スパゲティ麺 バター コンソメ 塩 砂糖
土	牛乳 バナナ	チーズ	お菓子		マッシュルーム トマト トマト缶	ケチャップ 油 ソース
6日	牛丼 (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 ツナ缶 ごま	生姜 玉葱 人参 干し椎茸 えのき	糸蒟蒻 醤油 みりん 砂糖 酒 油 塩 酢
月	胡麻酢和え オレンジ	ゼリー	あべかわバナナ	きな粉	しめじ ネギ 切干大根 胡瓜	
7日	竹輪の二色揚げ (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 竹輪 卵 青のり	キャベツ 胡瓜 人参 南瓜 玉葱	小麦粉 カレー粉 油 醤油
火	昆布和え 納豆 味噌汁	果物	人参マフィン	塩昆布 ごま 納豆 油揚げ	ネギ	ホットケーキミックス バター 砂糖
8日	ポテトグラタン (パン)	牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 生クリーム	玉葱 人参 パセリ ミントマツ	じゃが芋 マカロニ 小麦粉 バター コンソメ
水	フランクフルトスープ プチトマト	お菓子	切干おにぎり	粉チーズ フランクフルト	切干大根	塩 パン粉 こしょう 米 砂糖 醤油 みりん
9日	五目厚焼き卵 (わかめご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 卵 鶏ミンチ かまぼこ	玉葱 人参 しめじ ネギ もやし	醤油 砂糖 塩 みりん 油 中華だし
木	ワンタンスープ プチトマト	果物	お菓子	ひじき 豚肉	ミニトマト	ワンタンの皮
10日	煮魚 (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 白身魚 豚肉 豆腐	生姜 大根 人参 玉葱 牛蒡	醤油 みりん 砂糖 酒 里芋 蒟蒻 ジョア
金	豚汁 ジョア	チーズ	フルーツサンド	味噌 生クリーム	もやし ネギ 苺	食パン
11日	肉うどん	牛乳	お茶	牛乳 牛肉 かまぼこ	玉葱 人参 牛蒡 干し椎茸 生姜	うどん麺 糸蒟蒻 油 醤油 砂糖 みりん 塩
土	牛乳 バナナ	ゼリー	お菓子		ネギ バナナ	酒
13日	ビーフカレー (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 とろけるチーズ	玉葱 人参 南瓜 生姜 にんにく	じゃが芋 小麦粉 バター ソース コンソメ
月	コロコロサラダ ヨーグルト	お菓子	アーモンドビスケット	ヨーグルト 卵 アーモンド	りんご 胡瓜 コーン	カレー粉 塩 醤油 ケチャップ 油 酢 砂糖
14日	<b>お弁当の日</b>	牛乳	牛乳	牛乳 卵 生クリーム		こしょう ベーキングパウダー
火		チーズ	手作りプリン			砂糖 バニラエッセンス
15日	ハンバーグ (パン)	牛乳	牛乳	牛乳 合挽ミンチ 卵 ごま	玉葱 胡瓜 人参 もやし パセリ	パン粉 塩 こしょう 油 ケチャップ 酢
水	たたき胡瓜 野菜スープ	果物	竹の子おにぎり	鶏肉 油揚げ	竹の子	砂糖 醤油 コンソメ 米 みりん
16日	じゃが芋のそぼろ煮 (ご飯)	牛乳	野菜ジュース	牛乳 合挽ミンチ 卵	玉葱 人参 干し椎茸 竹の子	じゃが芋 糸蒟蒻 油 醤油 みりん 塩
木	かき卵汁 オレンジ	ゼリー	お菓子		いんげん えのき ネギ オレンジ	砂糖 片栗粉 野菜ジュース
17日	<b>食育の日</b> 麦ご飯 鮭の塩焼き	牛乳	牛乳	牛乳 鮭 天ぷら 油揚げ	切干大根 人参 玉葱 ネギ	米 麦 塩 油 醤油 砂糖 みりん じゃが芋
金	切干大根の煮物 味噌汁	お菓子	豆乳もち	味噌 豆乳 きな粉		片栗粉
18日	きつねうどん	牛乳	お茶	牛乳 稲荷揚げ 丸天	ネギ バナナ	うどん麺 塩 醤油 みりん
土	牛乳 バナナ	チーズ	お菓子	かまぼこ		
20日	卵の春炒め (ふりかけご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 卵 豚肉 鶏ミンチ	人参 いんげん 白ネギ 牛蒡 ネギ	春雨 油 酒 砂糖 塩 こしょう 片栗粉
月	つくねの味噌汁 一口ゼリー	果物	さつま芋蒸しパン	豆腐 味噌		里芋 一口ゼリー ホットケーキミックス
21日	魚のカレー煮 (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 鯖 ごま かまぼこ	ほうれん草 キャベツ 人参 えのき	醤油 酒 砂糖 カレー粉 ケチャップ 麩
火	ほうれん草の胡麻和え すまし汁	ゼリー	フルーツヨーグルト	ヨーグルト	ネギ バナナ みかん缶 パイン缶	塩
22日	鶏の唐揚げ (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 ハム わかめ	生姜 にんにく 胡瓜 人参 玉葱	醤油 砂糖 こしょう 片栗粉 油 マカロニ
水	マカロニサラダ わかめスープ	チーズ	お菓子		ネギ	マヨネーズ 塩 コンソメ
23日	麻婆豆腐 (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 合挽ミンチ 赤味噌	玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 ニラ	ごま油 中華だし 醤油 塩 砂糖 みりん
木	春雨の酢の物 オレンジ	お菓子	青りんごゼリー	豆腐 ハム ごま	生姜 にんにく 胡瓜 オレンジ	片栗粉 春雨 酢 青りんごゼリーの素
24日	魚の香味焼き (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 白身魚 ひじき 油揚げ	にんにく 人参 いんげん 玉葱	醤油 みりん 酒 オリーブ油 油 砂糖
金	ひじきの炒め煮 味噌汁 ヤクルト	果物	卵トースト	わかめ 味噌 卵	ネギ パセリ	ヤクルト 食パン マヨネーズ 塩 こしょう
25日	ちゃんぽん	牛乳	お茶	牛乳 豚肉 かまぼこ 竹輪	玉葱 人参 キャベツ もやし	ちゃんぽん麺 中華だし 醤油 ソース 塩
土	牛乳 バナナ	ゼリー	お菓子	天ぷら	白ネギ バナナ	こしょう
27日	照り焼きチキン (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 ハム 卵 豆腐	生姜 にんにく 人参 胡瓜 コーン	醤油 砂糖 酒 みりん じゃが芋
月	ポテトサラダ かき卵スープ	果物	お好み焼き	豚ミンチ しらす干し かつお節	玉葱 しめじ チンゲン菜 キャベツ	マヨネーズ 塩 コンソメ 小麦粉 ソース
28日	魚のフライ (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 白身魚 卵 ごま 豆腐	胡瓜 玉葱 ネギ レモン	塩 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ
火	きゅうりの即席漬け 味噌汁	チーズ	さつま芋のレモン煮	わかめ 油揚げ 味噌		ケチャップ 砂糖 酢 ごま油 さつま芋
30日	親子丼 (ご飯)	牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 かまぼこ 卵	玉葱 人参 えのき ネギ もやし	油 コンソメ 塩 砂糖 醤油 みりん 酢
木	ナムル オレンジ	お菓子	ブルーベリーとチーズのケーキ	ハム ごま クリームチーズ	胡瓜 オレンジ	ごま油 ホットケーキミックス バター

※都合により献立、材料を変更することがございます。ご了承ください ※3時のおやつは、手作りおやつです。

## 御入所・御進級おめでとうございます！

ひろにわ保育所では、朝倉市の献立を基に独自で献立を作っています。

未満児(ひよこ・くま・りす組): 完全給食のためご飯は要りません

以上児(ぱんだ・らいおん・きりん組): おかずのみの副食給食のため各自で白ご飯もしくは食パンをご持参ください

毎月食育の日を設定しており、この日は全園児完全給食となりますので、以上児もご飯は要りません。

給食室・・・福田、上川、稲葉

