



献立表

令和4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	麻婆豆腐（ご飯）		牛乳	牛乳		玉葱 人参 干し椎茸 竹の子 ニラ 生姜 にんにく 胡瓜 オレンジ	ごま油 中華だし 醤油 塩 砂糖 みりん 片栗粉 春雨 酢 油 カステラ
金	パンサンスー オレンジ		チーズ	カステラ			
2	入所式 十勝ブレッド			お茶			
土	ジュース ミックスゼリー 丸ぼうろ			お菓子			
4	ハンバーグ（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 合挽ミンチ 卵 ベーコン	玉葱 人参 キャベツ パセリ バナナ パイン缶 みかん缶 もも缶	パン粉 塩 こしょう 油 ケチャップ 砂糖 ポッカレモン コンソメ 醤油 ゼリーの素
月	人参グラッセ コンソメスープ		お菓子	フルーツゼリー			
5	から揚げ（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 ハム ごま 卵 わかめアーモンド	生姜 にんにく 胡瓜 人参 チンゲン菜 キャベツ	酒 塩 こしょう 片栗粉 油 春雨 酢 砂糖 醤油 中華だし ごま油 小麦粉 バター ベーキングパウダー アーモンド粉
火	春雨の酢の物 中華卵スープ		ゼリー	アーモンドビスケット			
6	魚のカレー煮（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鯖 塩昆布 ごま 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 ネギ	醤油 酒 砂糖 カレー粉 ケチャップ
水	昆布和え 味噌汁		チーズ	お菓子			
7	クリームシチュー（パン）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 生クリーム とろけるチーズ 油揚げ	玉葱 人参 コーン 胡瓜 りんご 竹の子	じゃが芋 小麦粉 バター コンソメ 塩 こしょう 油 ローリエ 酢 砂糖 醤油 みりん
木	コロコロサラダ りんご		お菓子	竹の子おにぎり			
8	卵の春炒め（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 卵 豚肉 豆腐 味噌	人参 スナッPEndウ 白ネギ 大根 玉葱 牛蒡 もやし ネギ いちご	春雨 油 酒 砂糖 塩 こしょう 中華だし 里芋 ホットケーキミックス バター
金	豚汁 いちご		ゼリー	人参マフィン			
9	スパゲティーミートソース		牛乳	お茶	合挽ミンチ 粉チーズ 飲むヨーグルト	玉葱 人参 エリンギ しめじ マッシュルーム トマト トマト缶 パセリ バナナ	スパゲティー麺 バター コンソメ 塩 砂糖 ケチャップ 油 ソース
土	飲むヨーグルト バナナ		チーズ	お菓子			
11	肉じゃが（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 豆腐 わかめ きな粉	玉葱 人参 牛蒡 干し椎茸 えのき ネギ オレンジ バナナ	じゃが芋 糸蒟蒻 油 塩 醤油 砂糖 みりん
月	すまし汁 オレンジ		お菓子	あべかわバナナ			
12	お弁当の日		牛乳	牛乳	牛乳 合挽ミンチ とろけるチーズ	玉葱 人参 ピーマン エリンギ	米 油 カレールー
火			ゼリー	焼きカレー			
13	魚のフライ（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鯖 卵 ツナ缶 ベーコン ヨーグルト	キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 コーン クリームコーン缶 バナナ みかん缶 パイン缶 もも缶	塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油 ソース 砂糖 マヨネーズ コンソメ
水	ツナサラダ コーンスープ		チーズ	フルーツヨーグルト			
14	親子丼（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 かまぼこ 卵 ごま	玉葱 人参 しめじ えのき ネギ キャベツ 胡瓜 りんご	油 塩 砂糖 醤油 みりん 片栗粉
木	胡麻和え りんご		お菓子	お菓子			
15	チキンボールスープ（ふりかけご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏ミンチ 卵 かまぼこ 大豆 ひじき 油揚げ	ニラ 生姜 人参 しめじ 玉葱 えのき もやし チンゲン菜 いんげん パセリ	片栗粉 コンソメ 塩 醤油 油 みりん 砂糖 食パン マヨネーズ こしょう ケチャップ
金	ひじきと大豆の煮物 いちご		ゼリー	卵トースト			
16	わかめうどん		牛乳	お茶	牛乳 鶏肉 わかめ かまぼこ	人参 もやし 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			
18	ポテトグラタン（パン）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 生クリーム とろけるチーズ フランクフルト しらす干し ごま	玉葱 人参 胡瓜 ミニトマト パセリ	じゃが芋 マカロニ 小麦粉 バター コンソメ 塩 パン粉 こしょう 米 醤油
月	スティック胡瓜 ミニトマト フランクフルトスープ		お菓子	しらすおにぎり			
19	食育の日 竹の子ご飯 焼きししゃも		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉 油揚げ ししゃも 刻み昆布 しらす干し ごま わかめ 豆腐 味噌	竹の子 人参 玉葱 ネギ	米 塩 醤油 みりん 砂糖 じゃが芋 バター 片栗粉
火	切り昆布の煮物 味噌汁		ゼリー	ぼて餅			
20	豚肉の生姜風ソテー（ご飯）		牛乳	ジョア	豚肉 わかめ	キャベツ 人参 ピーマン もやし 玉葱 生姜 ネギ オレンジ	油 醤油 片栗粉 コンソメ 塩 ジョア
水	わかめスープ オレンジ		チーズ	お菓子			
21	牛丼（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 かまぼこ ツナ缶 ごま 卵 ウインナー	生姜 玉葱 人参 干し椎茸 えのき ネギ 切干大根 胡瓜 バナナ	油 中華だし 醤油 みりん 砂糖 酒 塩 酢 蒸しパン粉 バター
木	胡麻酢和え バナナ		お菓子	ウインナー蒸しパン			
22	照り焼きチキン（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏肉ハム ベーコン スキムミルク 卵 きな粉	生姜 にんにく 胡瓜 人参 コーン 玉葱 もやし パセリ	醤油 砂糖 スパゲティー麺 マヨネーズ 塩 じゃが芋 コンソメ 小麦粉 ベーキングパウダー バター 油
金	スパサラダ 野菜スープ		ゼリー	ドーナツ			
23	ちゃんぽん		牛乳	お茶	牛乳 豚肉 かまぼこ 竹輪 天ぷら	玉葱 人参 キャベツ もやし ネギ オレンジ	中華麺 中華だし 醤油 ソース 塩 こしょう
土	牛乳 オレンジ		チーズ	お菓子			
25	ビーフカレー（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 牛肉 ヨーグルト 卵	玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 みかん缶 バナナ	じゃが芋 酢 砂糖 塩 こしょう 油 カレールー ホットケーキミックス ポッカレモン
月	フレンチサラダ ヨーグルト		お菓子	バナナケーキ			
26	煮魚（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鯖 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌	生姜 キャベツ 人参 胡瓜 玉葱 ネギ	醤油 みりん 砂糖 酒 ポッカレモン
火	さわやか漬け 味噌汁		ゼリー	お菓子			
27	五目厚焼き卵（わかめご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 鶏ミンチ 卵 ベーコン ウインナー とろけるチーズ 豚肉	玉葱 人参 コーン 干し椎茸 ミニトマト スナッPEndウ ピーマン トマト もやし ネギ	塩 砂糖 醤油 油 餃子の皮 ケチャップ ワンタンの皮 中華だし ーロゼリー
水	スナッPEndウのソテー ワンタンスープ ーロゼリー		チーズ	ぱりぱりピザ			
28	竹輪の磯辺揚げ（ご飯）		牛乳	牛乳	牛乳 竹輪 卵 油揚げ 納豆 かまぼこ わかめ 青のり	切干大根 人参 えのき ネギ	油 醤油 砂糖 みりん 塩 食パン バター バニラエッセンス
木	切干大根の煮物 納豆 すまし汁		お菓子	フレンチトースト			
30	肉うどん		牛乳	お茶	牛乳 牛肉 かまぼこ	玉葱 人参 牛蒡 生姜 ネギ オレンジ	うどん麺 油 醤油 砂糖 みりん 塩
土	牛乳 オレンジ		ゼリー	お菓子			

※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時のおやつは赤字は、手作りおやつです。

ご入所・ご進級おめでとうございます

ひろにわ保育所では、朝倉市の献立を参考にして独自に献立を作成しています。

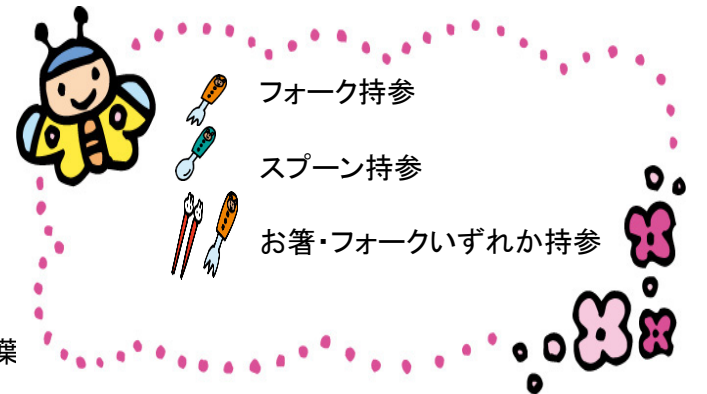
ひよこ・くま・りす組：完全給食のため、ご飯は要りません

ぱんだ・らいおん・きりん組：副食給食のため、お子さんに合わせた量のご飯もしくは食パン（ロールパン）が必要となります。

また、献立表を確認いただき、スプーンまたはフォーク・お箸の持参をお願いします。

食育の日は全園児ご飯が要りません。5月からは各クラスのリクエストメニューが登場します。

給食室・・・福田、上川、稲葉



＜朝倉市選挙管理委員会からののお知らせです＞
4月17日（日）は「朝倉市長選挙」の投票日となっています。当日の投票ができない方は期日前投票をお願いします

