



4月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (火)	ごはん 豆腐のナゲット サラダ ねぎ塩スープ バナナ	米 豆腐・鶏挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・ひじき・片栗粉・塩・こしょう・揚げ油・ケチャップ 小松菜・切干大根・コーン・砂糖・薄口・酢・油 豚肉・油・はるさめ・白葱・白菜・豆腐・おろしにんにく・鶏がらスープの素 バナナ	おせんべい じゃがまるくん (じゃが芋・片栗粉・マヨネーズ・もみのり)
2 (水)	ごはん 春野菜のつくね焼き 甘酢和え すまし汁 バナナ	米 鶏挽肉・たけのこ・春キャベツ・玉葱・味噌・みりん・酒・片栗粉  きゅうり・ちくわ・人参・ツナ・いりごま・薄口・酢・砂糖 豆腐・玉葱・椎茸・みつば・塩・薄口 バナナ	ビスケット 抹茶カップケーキ (ホットケーキミックス・ゆであずき・豆乳・油・抹茶)
3 (木)	ごはん のり塩唐揚げ ひじきの炒め煮 味噌汁 美生柑	米 鶏肉・青のり・鶏がらスープの素・酒・片栗粉・揚げ油 ひじき・油揚げ・人参・油・みりん・酒・砂糖・醤油 さつま芋・大根・えのき・葱・味噌 美生柑	シガーフライ <u>照り焼きピザせんべい</u> (餃子の皮・鶏肉・醤油・砂糖・みりん・マヨネーズ・ピザチーズ・焼きのり・片栗粉)
4 (金)	ごはん 鮭のケチャップ焼き コロコロサラダ スープ オレンジ	米 鮭・ケチャップ・パセリ アスパラガス・大根・コーン・マヨネーズ・すりごま キャベツ・じゃが芋・人参・しめじ・鶏がらスープの素 オレンジ	リッツ きつねおにぎり (米・油揚げ・鶏挽肉・油・醤油・砂糖・もみのり)
5 (土)	炊き込みごはん 豚汁 バナナ	米・鶏肉・人参・ひじき・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 豚肉・油・大根・玉葱・ごぼう・里芋・葱・味噌 バナナ	おせんべい おやつパン
7 (月)	ごはん チャプチェ風 ハムサラダ 中華スープ バナナ	米 豚肉・春雨・人参・赤パプリカ・しめじ・ニラ・砂糖・塩・醤油・いりごま・ごま油 ハム・もやし・きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油 キャベツ・玉葱・しめじ・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	クラッカー マーブルケーキ (ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油・ココア)
8 (火)	ごはん レバーのかりんとう サラダ スープ オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酒・砂糖・いりごま ささみ・酒・塩・キャベツ・切干大根・酢・薄口・砂糖・油 鶏肉・油・じゃが芋・えのき・コーン・鶏がらスープの素 オレンジ	シガーフライ さくらクッキー  (小麦粉・砂糖・油・豆乳生クリーム・ベーキングパウダー・いちごパウダー)
9 (水)	ごはん 鶏肉のごまごま焼き 和え物 五目汁 美生柑	米 鶏肉・砂糖・酒・みりん・醤油・いりごま・黒いりごま 白菜・もやし・人参・ちくわ・かつお節・醤油 鶏肉・油・油揚げ・玉葱・ごぼう・葱・味噌 美生柑	ビスケット ウインナーパイ (パイシート・ウインナー・ケチャップ)
10 (木)	 お弁当の日  ※必ず火が通ったものを入れて頂きますよう、よろしくお願いいたします。		おせんべい ゼリー
11 (金)	ごはん 鯖の梅煮 菜の花和え 味噌汁 オレンジ	米 鯖・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し 菜の花・もやし・ツナ・醤油・砂糖 さつま芋・厚揚げ・しめじ・人参・みつば・味噌 オレンジ	リッツ <u>豆腐きな粉ドーナツ</u> (小麦粉・ベーキングパウダー・絹ごし豆腐・砂糖・きな粉・揚げ油)
12 (土)	すき焼き丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・白菜・人参・糸こんにゃく・醤油・砂糖・酒・みりん 大根・なめこ・豆腐・葱・味噌 バナナ	おせんべい おやつパン
14 (月)	カレーライス スティックサラダ チーズ 美生柑	米・豚肉・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・カレールウ 大根・きゅうり・すりごま・酢・砂糖・薄口・油 スティックチーズ 美生柑 	シガーフライ ビスケットサンド (ビスケット・ブルーベリージャム)
15 (火)	ごはん 卵焼き れんこんのきんぴら 味噌汁 オレンジ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 れんこん・人参・糸こんにゃく・コーン・豚挽肉・醤油・みりん・砂糖・いりごま・ごま油 なめこ・玉葱・油揚げ・葱・味噌 オレンジ	おせんべい もちもちココアパン (白玉粉・豆乳・油・砂糖・ココア)

	献立名	材料名	おやつ
16 (水)	ガーリックライス <u>鶏肉のタルタルソース</u> サラダ スープ 美生柑	米・ツナ・コーン・玉葱・にんにく・鶏がらスープの素・パセリ・塩・こしょう 鶏肉・揚げ油・片栗粉・玉葱・塩・こしょう・マヨネーズ キャベツ・切干大根・かつお節・酢・砂糖・油・薄口 しめじ・白菜・人参・鶏がらスープの素 美生柑	クラッカー フレンチトースト (食パン・砂糖・卵・バター・牛乳) 
17 (木)	ごはん 春の塩肉じゃが きゅうり漬け 味噌汁 バナナ	米 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・スナップエンドウ・糸こんにゃく・酒・ みりん・おろしにんにく・塩・砂糖・鶏がらスープの素・油 きゅうり・塩っペ・醤油 油揚げ・キャベツ・豆腐・カットわかめ・味噌 バナナ	ビスケット おかずパウンド (ホットケーキミックス・油・豆乳・コーン・ ハム・玉葱・マヨネーズ・ケチャップ)
18 (金)	ごはん 鮭の味噌照り焼き 納豆和え けんちん汁 オレンジ	米 鮭・おろし生姜・砂糖・味噌・みりん 納豆・もやし・ほうれん草・醤油・もみり 鶏肉・人参・大根・里芋・板こんにゃく・葱・薄口・塩・みりん・ごま油 オレンジ	リッツ ホットビスケット (小麦粉・砂糖・豆乳生クリーム・ 無塩バター・ベーキングパウダー)
19 (土)	中華ごはん 中華スープ バナナ	米・鶏肉・たけのこ・人参・しめじ・醤油・中華だしの素・塩・こしょう・ごま油 キャベツ・もやし・椎茸・ニラ・中華だしの素 バナナ	クラッカー おやつパン
21 (月)	ごはん 揚げだし豆腐 なめたけ和え 若竹汁 バナナ	米 豆腐・片栗粉・揚げ油・豚挽肉・葱・大根・砂糖・みりん・酒・醤油 キャベツ・人参・切干大根・なめたけ・醤油 たけのこ・カットわかめ・椎茸・玉葱・薄口・塩 バナナ	ビスケット マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩)
22 (火)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め ごま酢和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・油・人参・玉葱・もやし・キャベツ・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・ おろし生姜・おろしにんにく  小松菜・もやし・ちくわ・酢・砂糖・薄口・すりごま 豆腐・舞茸・人参・みつば・味噌 オレンジ	リッツ 抹茶ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・砂糖・抹茶)
23 (水)	肉うどん だいこんサラダ 南瓜のそぼろ煮 バナナ	うどん・豚肉・油・油揚げ・玉葱・椎茸・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん 大根・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・塩・すりごま かぼちゃ・鶏挽肉・砂糖・醤油・みりん・油・片栗粉 バナナ	おせんべい 大学芋 (さつま芋・揚げ油・砂糖・醤油・黒ごま)
24 (木)	かやくごはん カレイの甘酢がけ おかか和え 味噌汁 美生柑	米・鶏肉・ごぼう・人参・たけのこ・醤油・酒・塩 カレイ・片栗粉・揚げ油・酢・砂糖・醤油 アスパラガス・人参・きゅうり・かつお節・醤油 油揚げ・もやし・玉葱・しめじ・葱・味噌 美生柑	ビスケット もちりりジャムパン (ホットケーキミックス・白玉粉・砂糖・油・ 絹ごし豆腐・塩・いちごジャム)
25 (金)	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉のカレー焼き 空豆のポテトサラダ スープ オレンジ	豆乳かぼちゃ丸パン 鶏肉・酒・塩・おろし生姜・おろしにんにく・米粉・カレー粉  じゃが芋・空豆・コーン・ツナ・マヨネーズ・塩 人参・えのき・キャベツ・鶏がらスープの素 オレンジ	シガーフライ そぼろおにぎり (米・豚挽肉・グリーンピース・酒・砂糖・ 醤油)
26 (土)	<u>春キャベツの</u> <u>炊き込みごはん</u> 味噌汁 バナナ	米・春キャベツ・鶏肉・おろし生姜・酒・塩・醤油・ごま油・いりごま じゃが芋・白菜・豆腐・葱・味噌 バナナ	リッツ おやつパン
28 (月)	ごはん 筑前煮 ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・油・人参・れんこん・干し椎茸・たけのこ・酒・みりん・砂糖・醤油 大根・きゅうり・コーン・すりごま・醤油 かぼちゃ・玉葱・厚揚げ・みつば・味噌 オレンジ	クラッカー お好み焼き (豚バラ肉・油・キャベツ・葱・小麦粉・ 豆腐・お好みソース)
29 (火)	 昭和の日		
30 (木)	ごはん ささみフライ 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏ささみ・塩・こしょう・小麦粉・パン粉・揚げ油・中濃ソース キャベツ・切干大根・人参・ちくわ・すりごま・砂糖・酢・薄口 さつま芋・もやし・えのき・葱・味噌 バナナ	シガーフライ ココア蒸しパン (ホットケーキミックス・砂糖・油・豆乳・ ココア)

★緑色の下線のメニューは玄関にレシピがありますので、参考にしてみてくださいね。

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください