



4月の献立表



令和2年4月発行

あさひ子ども園

ご入園、ご進級おめでとうございます

今年度も子どもたちのために、安全でおいしい給食、おやつを作れるよう頑張りますのでどうぞよろしくお願い致します。

給食では、化学調味料はほとんど使わず、いりこや昆布、かつお節を中心にだしをとっています。おやつは、市販のものではできるだけ避け、手作りおやつを心がけたいと思います。

毎日献立のサンプルを玄関に展示していますので、降園の際にはぜひご覧になってください。



1日(水) 入園進級お祝い会	2日(木) 開講式 (たいよう)	3日(金)	4日(土)		
牛飯 [米、牛肉、人参、ごぼう、しめじ、酒、醤油、砂糖] キャベツのおかか和え [キャベツ、人参、きゅうり、かつお節、醤油] 豆腐の味噌汁 [豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] 牛乳もち [牛乳、片栗粉、きな粉、塩、砂糖]	春キャベツのスパゲティ [スパゲティ、ウインナー、あさり、キャベツ、玉ねぎ、人参、アスパラガス、しめじ、にんにく、コンソメ、醤油、塩] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] ポテトスープ [じゃが芋、玉ねぎ、人参、醤油、塩、コンソメ] 果物 塩昆布おにぎり 牛乳 [米、塩昆布]	ご飯 アジの若草焼き [アジ、酒、マヨネーズ、抹茶] 即席和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油] ちよろげん汁 [大根、人参、豆腐、ねぎ、いりこ、油、醤油、みりん、酒、塩] 夏みかんゼリー 牛乳 [夏みかん缶、寒天、砂糖]	カレーライス [米、牛肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ピーマン、にんにく、生姜、油、醤油、カレールー] ゆかり和え [キャベツ、人参、ゆかり粉] 菓子・バナナ牛乳		
6日(月) ご飯 麻婆豆腐 [豆腐、合びき肉、玉ねぎ、人参、竹の子、干し椎茸、ねぎ、にんにく、生姜、砂糖、酒、味噌、ごま油] 菜果サラダ [キャベツ、きゅうり、レーズン、みかん缶、油、酢、塩、こしょう] オニオンスープ [玉ねぎ、人参、コーン、醤油、塩、鶏がらだし] 手作りプリン [卵、牛乳、砂糖]	7日(火) 文字の教室 (たいよう) ご飯 鮭のムニエル [鮭、塩、小麦粉、バター、油、酒] ひじき煮 [ひじき、人参、さつま揚げ、砂糖、醤油、酒、油] 油揚げの味噌汁 [油揚げ、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ、いりこ、味噌] カルシウムラスク 牛乳 [食パン、青のり、粉チーズ、ごま、グラニュー糖、マーガリン]	8日(水) ご飯 鶏肉のさっぱり煮 [手羽元、にんにく、生姜、酢、酒、醤油、砂糖] ほうれん草のおかか和え [ほうれん草、人参、もやし、かつお節、醤油] わかめのすまし汁 [わかめ、玉ねぎ、人参、えのき、いりこ、醤油、塩] グレープゼリー 牛乳 [グレープジュース、砂糖、寒天]	9日(木) 音楽指導 焼きそば [中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、キャベツ、ピーマン、油、ソース、塩、こしょう、青のり] 小松菜のごま和え [小松菜、人参、醤油、ごま] えのきの味噌汁 [えのき、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] じゃが芋ドーナツ 牛乳 [小麦粉、じゃが芋、卵、ごま、油、砂糖、ベーキングパウダー]	10日(金) ご飯 いりどり [鶏肉、竹の子、干し椎茸、人参、じゃが芋、ごぼう、酒、れんこん、油、砂糖、醤油] もやしのとえ物 [もやし、きゅうり、人参、醤油] コンソメスープ [玉ねぎ、人参、ピーマン、醤油、塩、コンソメ] 白桃牛乳寒 [牛乳、砂糖、寒天、白桃缶]	11日(土) 鶏ごぼうピラフ [米、鶏肉、人参、ごぼう、玉ねぎ、コーン、ピーマン、鶏がらだし、塩、マーガリン] キャベツスープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
13日(月) 塩ラーメン [中華麺、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、コーン、ねぎ、にんにく、生姜、塩、こしょう、薄口醤油、鶏がらだし] あさりのしぐれ煮 [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] 切干大根サラダ [切干大根、きゅうり、人参、しらす干し、ごま、砂糖、酢、醤油] 果物 おかがおにぎり [米、かつお節、ごま、醤油] 牛乳	14日(火) ご飯 グリルチキン [鶏肉、塩、酒、にんにく] ミルクおから [おから、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、チーズ、牛乳、砂糖、醤油] 中華スープ [キャベツ、人参、玉ねぎ、椎茸、醤油、塩、鶏がらだし] 黒ごまかりんとう 牛乳 [小麦粉、卵、黒ごま、油、ごま油、黒砂糖]	15日(水) 運動教室 (たいよう) ご飯 豆腐の松風焼き [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、味噌、砂糖、ごま、青のり] 小松菜のコーンとえ [小松菜、コーン、人参、もやし、ごま、醤油] なめこの味噌汁 [なめこ、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、味噌] シュガードーナツ 牛乳 [食パン、マーガリン、砂糖]	16日(木) ご飯 サバの味噌煮 [サバ、生姜、酒、味噌、砂糖] ひじきの華風和え [ひじき、ハム、きゅうり、コーン、人参、酢、砂糖、醤油、ごま油] 大根のすまし汁 [大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、いりこ、味噌] 人参の蒸しケーキ 牛乳 [ミックス粉、牛乳、卵、油、人参、レーズン]	17日(金) 前期健康診断 ご飯 豚肉のトマトソース煮 [豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、トマト缶、砂糖、ケチャップ、油、塩、酒、醤油、生姜、にんにく] 甘酢和え [キャベツ、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] わかめの味噌汁 [わかめ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] 永ようかん 牛乳 [こしあん、砂糖、寒天、くす粉]	18日(土) 穴子ご飯 [米、穴子、ごぼう、人参、昆布、醤油、酒、砂糖、刻みのり] 玉ねぎのすまし汁 [玉ねぎ、豆腐、人参、いりこ、醤油、塩] 菓子・バナナ牛乳
20日(月) ご飯 豆腐のそぼろあんかけ [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、えのき、砂糖、醤油、みりん、片栗粉、みりん] もやしのごま酢和え [もやし、人参、きゅうり、ごま、酢、砂糖、醤油] キャベツの味噌汁 [キャベツ、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] ミキザンパン 牛乳 [小麦粉、卵、油、牛乳、塩、玉ねぎ、ベーキングパウダー、チーズ、粉チーズ、トマー、ファンナー、バセリ]	21日(火) ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、生姜、酒、醤油、みりん、油] きゅうりの酢の物 [きゅうり、人参、みかん缶、酢、砂糖、醤油] えのきのすまし汁 [えのき、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、醤油、塩] じゃが芋もち 牛乳 [じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、のり]	22日(水) けんちんうどん [うどん、鶏肉、玉ねぎ、人参、油揚げ、椎茸、ねぎ、いりこ、塩、醤油、みりん、酒、油] 焼きししゃも [ししゃも] ほうれん草の磯和え [ほうれん草、人参、もやし、醤油、刻みのり] 果物 黒米おにぎり 牛乳 [米、黒米、ごま、薄口醤油]	23日(木) 誕生会 スタミナ納豆丼 [米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、ごま油、醤油、生姜、酒、砂糖、にんにく] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、人参、コーン、シーチキン、ごま、マヨネーズ、醤油] ニラスープ [ニラ、もやし、玉ねぎ、醤油、塩、鶏がらだし] 果物 ロールケーキ 牛乳 [小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム]	24日(金) 前期健康診断 ご飯 豚肉じゃが [豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、油、砂糖、酒、みりん、醤油] キャベツの梅肉和え [キャベツ、人参、きゅうり、かつお節、梅干し、醤油] 麩のすまし汁 [麩、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] りんごゼリー 牛乳 [りんごジュース、砂糖、寒天]	25日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、しめじ、油、みりん、醤油] ハヤシライスルー 野菜スープ [キャベツ、玉ねぎ、人参、醤油、塩、鶏がらだし] 菓子・バナナ牛乳
27日(月) ご飯 炒り豆腐 [豆腐、鶏ひき肉、竹輪、人参、玉ねぎ、干し椎茸、ねぎ、酒、砂糖、油、卵、醤油、みりん、塩] 春雨の酢の物 [春雨、人参、きゅうり、酢、砂糖、醤油] 玉ねぎの味噌汁 [玉ねぎ、人参、油揚げ、いりこ、味噌] フルーツヨーグルト [バナナ、黄桃缶、白桃缶、ヨーグルト、砂糖]	28日(火) ご飯 さわらの西京焼き [さわら、ごま、味噌、砂糖、酒] 三色和え [ほうれん草、キャベツ、人参、ごま、醤油] もやしのスープ [もやし、玉ねぎ、人参、豆腐、醤油、塩、鶏がらだし] ピザ 牛乳 [ピザ生地、チーズ、玉ねぎ、コーン、ピーマン、ベーコン、ケチャップ]	29日(水) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">昭和の日</div> 	30日(木) 竹の子ご飯 [米、竹の子、塩、鶏肉、油揚げ、人参、醤油、酒、キヌサヤ、昆布、刻みのり] 高菜の煮物 [高菜、人参、さつま揚げ、砂糖、醤油、酒、みりん] しめじのすまし汁 [しめじ、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] 果物 フライドポテト 牛乳 [カットポテト、油]		

★3歳未満児のみ午前のおやつ(牛乳 100ml)があります

★行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります

