



# 4月の献立表



平成30年4月発行

あさひ子ども園


	2日(月) 入園式	3日(火) 音楽指導	4日(水) 開講式 (5歳)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
	<b>牛飯</b> [米、牛肉、人参、ごぼう、しめじ、醤油、砂糖、酒] <b>即席和え</b> [キャベツ、きゅうり、人参、ごま、醤油] <b>果物</b> <b>フライドポテト 牛乳</b> [カットポテト、油]	<b>春キャベツのスパゲティ</b> [スパゲティ、ベーコン、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、醤油、塩] <b>小松菜のナムル</b> [小松菜、もやし、人参、酢、醤油、砂糖、ごま油] <b>ポテトスープ</b> [じゃが芋、玉ねぎ、人参、コンソメ、醤油、塩] <b>果物</b> <b>手作りメロンパン 牛乳</b> [ロールパン、ミックス粉、バター、レモン汁、グラニュー糖、卵]	<b>ご飯</b> <b>炒り豆腐</b> [豆腐、鶏ひき肉、竹輪、卵、人参、玉ねぎ、干し椎茸、酒、ねぎ、砂糖、油、醤油、塩] <b>甘酢和え</b> [キャベツ、人参、きゅうり、ごま、酢、砂糖、醤油、塩] <b>わかめのすまし汁</b> [わかめ、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>フルーツヨーグルト</b> [バナナ、黄桃缶、白桃缶、ヨーグルト]	<b>ご飯</b> <b>魚のコーンマヨ焼き</b> [魚、コーン、チーズ、塩、酒、マヨネーズ、パセリ] <b>切干大根サラダ</b> [切干大根、きゅうり、人参、しらす干し、ごま、砂糖、酢、醤油] <b>油揚げの味噌汁</b> [油揚げ、玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ、いりこ、味噌] <b>お好み焼き 牛乳</b> [小麦粉、豚肉、卵、長芋、キャベツ、天かす、ソース、牛乳、青のり、かつお節、マヨネーズ]	<b>ご飯</b> <b>いりどり</b> [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] <b>ほうれん草のおかか和え</b> [ほうれん草、人参、もやし、醤油、かつお節] <b>しめじのすまし汁</b> [しめじ、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>ピザ 牛乳</b> [ピザ生地、トマト缶、油、チーズ、玉ねぎ、コーン、ピーマン、ベーコン、ケチャップ、塩、砂糖、醤油]	<b>鶏ごぼうピラフ</b> [米、鶏肉、人参、ごぼう、玉ねぎ、コーン、ピーマン、塩、グリーンピース、コンソメ、マーガリン] <b>コンソメスープ</b> [人参、玉ねぎ、ピーマン、コンソメ、醤油、塩]
おやつ						
	<b>9日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>魚の生姜煮</b> [魚、生姜、砂糖、醤油、酒、みりん] <b>きゅうりの酢の物</b> [きゅうり、わかめ、人参、酢、砂糖、醤油、塩] <b>南瓜の味噌汁</b> [南瓜、玉ねぎ、油揚げ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] <b>フルーツだっぴりゼリー</b> [みかん缶、キウイ、パイナップル、寒天、砂糖]	<b>10日(火)</b> <b>習字教室 (5歳)</b> <b>にごにコランチ (3・4歳)</b> <b>ご飯</b> <b>鶏肉のから揚げ</b> [鶏肉、塩、にんにく、酒、生姜、片栗粉、油] <b>大豆サラダ</b> [水煮大豆、きゅうり、人参、じゃが芋、コーン、醤油、塩、マヨネーズ] <b>えのきのすまし汁</b> [えのき、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>甘納豆の蒸しケーキ 牛乳</b> [ミックス粉、卵、牛乳、甘納豆、ほうれん草]	<b>11日(水)</b> <b>習字教室 (5歳)</b> <b>にごにコランチ (3・4歳)</b> <b>ドライカレー</b> [米、合びき肉、玉ねぎ、人参、レーズン、生姜、にんにく、油、カレールー、醤油] <b>コールスローサラダ</b> [キャベツ、きゅうり、パイナップル、レーズン、酢、油、塩、こしょう] <b>果物</b> <b>大学芋 牛乳</b> [さつまいも、黒ごま、砂糖、酢、油、みりん、醤油]	<b>12日(木)</b> <b>歯科検診</b> <b>7ヶ素塗布</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐のおやき</b> [豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、シーチキン、ねぎ、パン粉、卵、塩、こしょう、油、ケチャップ] <b>三色和え</b> [ほうれん草、キャベツ、人参、ごま、醤油] <b>じゃが芋の味噌汁</b> [じゃが芋、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] <b>よもぎ団子 牛乳</b> [よもぎ、白玉粉、きなこ、砂糖、塩]	<b>13日(金)</b> <b>前期健康診断 (1・2・4歳)</b> <b>味噌ラーメン</b> [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、味噌、こしょう、鶏がらだし] <b>焼きししゃも</b> [ししゃも] <b>春雨サラダ</b> [春雨、人参、きゅうり、塩、酢、ごま油、醤油] <b>果物</b> <b>鮭おにぎり</b> [米、鮭フレーク]	<b>14日(土)</b> <b>スタミナ納豆丼</b> [米、鶏ひき肉、納豆、ねぎ、ごま、生姜、にんにく、ごま油、醤油] <b>ごぼうの味噌汁</b> [ごぼう、さつまいも、玉ねぎ、人参、いりこ、味噌] <b>菓子・バナナ 牛乳</b>
おやつ						
	<b>16日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐ステーキ</b> [豆腐、小麦粉、油、えのき、合びき肉、ピーマン、人参、片栗粉、砂糖、醤油、酒] <b>小松菜のコーン和え</b> [小松菜、コーン、人参、ごま、醤油] <b>もやしのすまし汁</b> [もやし、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>手作りプリン</b> [卵、牛乳、砂糖]	<b>17日(火)</b> <b>運動教室 (5歳)</b> <b>ご飯</b> <b>魚の塩焼き</b> [魚、塩] <b>マカロニサラダ</b> [マカロニ、きゅうり、人参、シーチキン、マヨネーズ] <b>さつまいもの味噌汁</b> [さつまいも、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] <b>黒ごまがりんどう 牛乳</b> [小麦粉、卵、黒ごま、油、ごま油、黒砂糖]	<b>18日(水)</b> <b>ご飯</b> <b>豚肉の生姜焼き</b> [豚肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、キャベツ、生姜、酒、醤油、みりん、油] <b>ひじき煮</b> [ひじき、人参、さつまいも、砂糖、醤油、酒、油] <b>中華スープ</b> [大根、しめじ、人参、玉ねぎ、鶏がらだし、醤油、塩] <b>バナナケーキ 牛乳</b> [バナナ、レモン汁、小麦粉、卵、油、ベーキングパウダー、砂糖]	<b>19日(木)</b> <b>にごにコランチ (5歳)</b> <b>二色丼</b> [米、鶏ひき肉、ほうれん草、生姜、砂糖、塩、油、醤油、酒] <b>キャベツのおかか和え</b> [キャベツ、人参、もやし、かつお節、醤油] <b>大根の味噌汁</b> [大根、人参、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、いりこ、味噌] <b>果物</b> <b>牛乳もち</b> [牛乳、片栗粉、きな粉、塩、砂糖]	<b>20日(金)</b> <b>親子うどん</b> [うどん、油揚げ、鶏肉、玉ねぎ、人参、卵、ねぎ、塩、いりこ、醤油、みりん、酒] <b>あさりのしぐれ煮</b> [あさり、生姜、砂糖、酒、みりん、醤油] <b>菜果サラダ</b> [キャベツ、きゅうり、レーズン、みかん缶、油、酢、塩、こしょう] <b>果物</b> <b>おかかおにぎり</b> [米、かつお節、ごま、醤油]	<b>21日(土)</b> <b>ひじきご飯</b> [米、ひじき、油揚げ、ごぼう、干し椎茸、鶏肉、しらす干し、酒、醤油] <b>キャベツスープ</b> [キャベツ、玉ねぎ、人参、鶏がらだし、醤油、塩] <b>菓子・バナナ 牛乳</b>
おやつ						
	<b>23日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>厚揚げと春雨の煮物</b> [厚揚げ、春雨、豚肉、人参、ニラ、もやし、玉ねぎ、干し椎茸、にんにく、醤油、酒、みりん] <b>キャベツのゆかり和え</b> [キャベツ、人参、ゆかり粉] <b>わかめの味噌汁</b> [わかめ、玉ねぎ、人参、ねぎ、いりこ、味噌] <b>夏みかんゼリー</b> [夏みかん缶、寒天、砂糖]	<b>24日(火)</b> <b>竹の子ご飯</b> [米、竹の子、塩、鶏肉、醤油、油揚げ、人参、酒、キヌサヤ、昆布、刻みのり] <b>高菜の煮物</b> [高菜、人参、さつまいも、砂糖、醤油、酒、みりん] <b>豆腐のすまし汁</b> [豆腐、玉ねぎ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>果物</b> <b>アメリカンドッグ 牛乳</b> [フランクフルト、牛乳、卵、ミックス粉、油、ケチャップ]	<b>25日(水)</b> <b>誕生会</b> <b>ご飯</b> <b>グリルチキン</b> [鶏肉、塩、こしょう、にんにく] <b>ポテトサラダ</b> [じゃが芋、きゅうり、人参、シーチキン、コーン、醤油、マヨネーズ] <b>玉ねぎの味噌汁</b> [玉ねぎ、人参、えのき、油揚げ、いりこ、味噌] <b>ロールケーキ 牛乳</b> [小麦粉、グラニュー糖、卵、バター、生クリーム]	<b>26日(木)</b> <b>塩焼きそば</b> [中華麺、豚肉、干し椎茸、玉ねぎ、キャベツ、人参、油、塩、鶏がらだし] <b>もやしのナムル</b> [もやし、きゅうり、人参、ごま油、酢、砂糖、醤油] <b>麩のすまし汁</b> [麩、玉ねぎ、しめじ、人参、いりこ、醤油、塩] <b>果物</b> <b>いなり寿司 牛乳</b> [米、寿司揚げ、ごま、醤油、砂糖、みりん、酒、酢]	<b>27日(金)</b> <b>前期健康診断 (0・3・5歳)</b> <b>ご飯</b> <b>カレーの甘酢あんかけ</b> [カレー、塩、酒、油、片栗粉、玉ねぎ、人参、ピーマン、砂糖、醤油、酢] <b>千草和え</b> [ほうれん草、人参、油揚げ、砂糖、醤油、かつお節] <b>オニオンスープ</b> [玉ねぎ、人参、わかめ、コンソメ、醤油、塩] <b>ミニザーパン 牛乳</b> [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、トマト、ウインナー、パセリ]	<b>28日(土)</b> <b>ハヤシライス</b> [米、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、生姜、グリーンピース、油、ハヤシライスルー] <b>野菜スープ</b> [人参、玉ねぎ、キャベツ、コンソメ、醤油、塩] <b>菓子・バナナ 牛乳</b>
おやつ						

30日(月)

振替休日

おやつ

**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、市販のものはできるだけ避け、手作りおやつを心がけています。

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。

