



4月献立表



平成30年4月発行
上府保育園

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
	牛飯 [米、牛肉、ごぼう、人参 しめじ、醤油、砂糖 きぬさや] キャベツの塩昆布和え [キャベツ、人参、塩昆布 醤油] えのきの味噌汁 [えのき、玉葱、わかめ いりこ、味噌]	ご飯 豆腐のあんかけ [豆腐、なめこ、人参、玉葱 ほうれん草、えのき、みりん 塩、醤油、片栗粉] 春雨サラダ [春雨、きゅうり、カニかま ごま、ごま油、砂糖、酢 醤油、砂糖] 大根の味噌汁 [大根、チンゲン菜、椎茸 葱、しめじ、いりこ、味噌]	ご飯 タンドリーチキン [鶏肉、ヨーグルト、玉葱 にんにく、カレー粉、塩 醤油、プロッコリー] ひじき煮 [ひじき、人参、こんにやく さつま揚げ、いんげん 醤油、砂糖、みりん] もやしのスープ [もやし、人参、コーン 玉葱、塩、コンソメ]	五目うどん [うどん、鶏肉、玉葱、人参 油揚げ、椎茸、葱、いりこ 塩、醤油] じゃが芋のそぼろ煮 [じゃが芋、豚ミンチ、人参 グリーンピース、砂糖、油 醤油、みりん] 三色和え [ほうれん草、キャベツ 人参、ごま、醤油]	ご飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 みりん、酒、梅干し トマト] ブロッコリーサラダ [ブロッコリー、人参、ハム きゅうり、マヨネーズ] 麩のすまし汁 [おつゆ麩、玉葱、えのき 葱、いりこ、塩、醤油]	炊き込みご飯 [米、鶏肉、人参、ごぼう しめじ、さつま揚げ 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参 油揚げ、葱、いりこ 味噌]
おやつ	パン	フライドポテト	お好み焼き	マナーカー	マカロニ安倍川	菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
	ご飯 豆腐とエビのケチャップ煮 [豚ミンチ、豆腐、玉葱 人参、エビ、生姜、にんにく グリーンピース、ケチャップ 塩、醤油、トマト缶、砂糖] 小松菜のおかか和え [小松菜、もやし、人参 かつお節、醤油] 中華スープ [コーン、えのき、人参、塩 わかめ、鶏がらだし、醤油] ホットドッグ [ロールパン、キャベツ ウインナー、ケチャップ]	カレーライス [米、押し麦、じゃが芋 人参、玉葱、牛肉、油、醤油 カレールウ] 即席漬け [キャベツ、きゅうり 人参、醤油、塩]	ちゃんぽん [中華麺、豚肉、イカ、人参 玉葱、キャベツ、かまぼこ もやし、生姜、にんにく 葱、鶏がらだし、醤油、塩 こしょう、いりこ] グリルチキン [鶏肉、塩、こしょう、油 トマト] 切干大根サラダ [切干大根、ほうれん草 人参、わかめ、ツナ、ごま 砂糖、醤油、酢]	ご飯 魚の塩焼き [アジ、塩、トマト] ポテトサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参 ウインナー、チーズ、コーン マヨネーズ、塩] 玉葱の味噌汁 [玉葱、わかめ、チンゲン菜 油揚げ、葱、いりこ、味噌] 果物 あんこパイ [白あん、パイ生地]	ご飯 和風ハンバーグ [豚ミンチ、豆腐、玉葱 パン粉、牛乳、卵、ひじき 塩、油、大根、葱、醤油 酢、砂糖] キャベツの磯和え [キャベツ、人参、もやし のり、醤油] 小松菜の味噌汁 [小松菜、南瓜、玉葱、人参 いりこ、味噌]	チキンライス [米、鶏肉、玉葱、人参 ケチャップ、バター、塩 コンソメ、こしょう] キャベツスープ [キャベツ、人参、じゃが芋 コンソメ、塩、パセリ]
おやつ	パン	クラッカー	わかめおにぎり	あんこパイ	ピーチゼリー	菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
	ご飯 ボークビーンズ [じゃが芋、水煮大豆、豚肉 人参、玉葱、トマト缶、油 ケチャップ、塩、醤油 砂糖] 菜果サラダ [白菜、きゅうり、みかん レーズン、酢、塩、砂糖] ほうれん草のスープ [ほうれん草、水煮あさり 大根、コンソメ、塩] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P、砂糖、油 塩、味噌、酒、みりん]	ご飯 肉豆腐 [牛肉、油、こんにやく 人参、しめじ、大根、豆腐 いんげん、砂糖、醤油] キャベツの梅和え [キャベツ、人参、梅干し 醤油] なめこの味噌汁 [なめこ、玉葱、人参、葱 わかめ、いりこ、味噌]	春キャベツのスパゲティ [スパゲティ、ベーコン、人参 玉葱、水煮あさり、キャベツ アスパラガス、しめじ、塩 こしょう、醤油、バター] ブロッコリーのツナ和え [ブロッコリー、人参、ツナ きゅうり、醤油] コンソメスープ [玉葱、人参、コーン えのき、コンソメ、塩]	カツオ丼 [米、カツオ、にんにく、油 生姜、片栗粉、醤油、砂糖 酒、みりん、ほうれん草] もやしのナムル [もやし、きゅうり、人参 酢、ハム、ごま油、ごま 醤油] 油揚げのすまし汁 [油揚げ、玉葱、しめじ、葱 人参、いりこ、塩、醤油] 水ようかん [こしあん、寒天、砂糖、塩 くす粉]	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 [鶏肉、砂糖、醤油、酢 生姜、にんにく、トマト] ほうれん草の小魚和え [ほうれん草、人参、醤油 しらす干し] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、玉葱、人参 葱、いりこ、味噌]	エビピラフ [米、ベーコン、エビ、人参 玉葱、コーン、ピーマン バター、塩、こしょう コンソメ] コーンスープ [もやし、コーン、人参 わかめ、コンソメ、塩 こしょう]
おやつ	パン	バナナケーキ	鮭おにぎり	水ようかん	ツチコーンピザ	菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	23日(月)	24日(火)	25日(水) 誕生日会	26日(木)	27日(金)	28日(土)
	ご飯 豚肉の生姜焼き [豚肉、生姜、醤油、みりん 油、玉葱、キャベツ] ブロッコリーのごま和え [ブロッコリー、竹輪、人参 ごま、醤油] 白菜の味噌汁 [白菜、えのき、わかめ 厚揚げ、いりこ、味噌]	ご飯 魚の若草焼き [サワラ、マヨネーズ、抹茶 トマト] ひじきの華風和え [ひじき、人参、きゅうり コーン、ハム、ごま、醤油 酢、ごま油] ポトフ [人参、玉葱、南瓜、しめじ 鶏がらだし、塩、こしょう 醤油]	ご飯 豆腐おやき [木綿豆腐、乾燥大豆、ツナ 葱、パン粉、スキムミルク 卵、ケチャップ、コーン] スパゲティサラダ [スパゲティ、きゅうり ハム、人参、チーズ、人参 オリーブ油、塩] きのこの中華スープ [ウインナー、えのき、しめじ わかめ、塩、鶏がらだし 醤油]	塩焼きそば [中華麺、豚肉、イカ、エビ 玉葱、キャベツ、ピーマン 人参、油、にんにく、塩 鶏がらだし、こしょう のり] ポパイサラダ [ほうれん草、人参、コーン ハム、醤油、ごま] さつま芋の味噌汁 [さつま芋、豆腐、油揚げ 人参、葱、いりこ、味噌]	ご飯 魚の天ぷら [アジ、梅干し、生姜、しそ 酒、天ぷら粉、油、トマト] 小松菜のごま和え [小松菜、人参、ごま、醤油] わかめのすまし汁 [わかめ、人参、大根、卵 いりこ、塩、醤油、葱]	カルシウムご飯 [米、桜エビ、しらす干し かつお節、わかめ、ごま ごま油、醤油、酒] 厚揚げの味噌汁 [厚揚げ、キャベツ、玉葱 葱、味噌、いりこ]
おやつ	パン	ジャムサンド	ココアロールケーキ	葡萄ご飯おにぎり	みたらし団子	菓子
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	30日(月)					
おやつ	振替休日					

