



# 献立表



令和4年4月 みのり第2保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
								1 入園式		2	
<p>新年度がスタートしました！ 規則正しい生活リズムで、体調を崩さないように心がけたいですね。 そのためには朝ご飯をしっかりと食べて元気に1日をスタートさせましょう 今年度も大好きなお友だちや先生と一緒に食べる喜びやおいしさを感じ、 食べることの大切さや感謝の気持ちを育てていくことが出来るような 食事や食育活動をしていきたいと思ひます。</p> <p>♪1年間よろしくお願ひいたします♪</p>											
4		5		6		7 あいじょう弁当		8		9	
五目うどん 鶏肉、玉葱、人参、薄揚げ、ねぎ		肉とうふ 牛肉、豆腐、しらたき、人参、玉葱、しめじ、大根、いんげん		白身魚の甘酢炒め パトウ、玉葱、人参、たけのこ、ピーマン				あじの塩焼き あじ、付) さつま芋		鮭の照り焼き 鮭、付) キャベツのゆかり和え	
ほうれん草磯和え ほうれん草、人参、しめじ、もみのり		キャベツの酢の物 キャベツ、きゅうり、かまぼこ、みかん缶、ごま		いんげんのおかか和え いんげん、人参、かつお節				納豆和え ほうれん草、人参、納豆、もみのり		じゃが芋のきんぴら じゃが芋、人参、ごま	
じゃが芋のそぼろ煮 じゃが芋、合ミンチ、玉葱、グリーンピース		じゃが芋のみそ汁 じゃが芋、玉葱、人参、ねぎ		味噌汁 えのき、玉葱、わかめ				麩の味噌汁 麩、玉葱、人参、わかめ		玉葱の味噌汁 玉葱、人参、えのき、ねぎ	
果物 (バナナ) 桜もち ほうじ茶		キャロットゼリー		菓子牛乳		桜あんぱん 牛乳		果物 (オレンジ) ギョギョッとピーンズ 牛乳		菓子牛乳	
11		12		13		14		15		16	
焼きそば 豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン、青のり		ポークビーンズ じゃが芋、人参、玉葱、豚肉、水煮大豆、グリーンピース、トマト缶		鮭フライ 鮭、付) アスパラ		オレンジチキン 鶏肉、玉葱、OJ、付) 粉ふき芋		さわらの若草焼き さわら、マヨ、抹茶、付) コーン		ピピンバ 牛肉、卵、ほうれん草、もやし、人参、ごま、刻のり	
ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー、人参、竹輪、かつお節		ごぼうサラダ ごぼう、きゅうり、人参、ツナ、コーン、マヨドレ、ごま		ひじきのゴマ和え ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま		キャベツの酢味噌和え キャベツ、ほうれん草、カニカマ、コーン、ごま、味噌、マヨ		きんぴら ごぼう、人参、蓮根、いんげん、ごま		きゅうりの酢の物 きゅうり、人参、わかめ	
もやしのみそ汁 もやし、わかめ、ねぎ		かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ、油揚げ、わかめ		大根の味噌汁 大根、玉葱、椎茸、ごぼう、ねぎ		豆乳スープ 白菜、人参、しめじ、豆腐、わかめ、水菜		高野豆腐のみそ汁 高野豆腐、玉葱、油揚げ、ねぎ		中華スープ クリームコーン缶、椎茸、ねぎ	
果物 (いちご) ゆかりおにぎり はりはり漬		塩パン 牛乳		菓子牛乳		春野菜チヂミ		きなこプリン		菓子牛乳	
18		19 カミカミday		20		21		22		23	
醤油ラーメン 豚肉、コーン、人参、玉葱、キャベツ、もやし、ねぎ		雑穀ごはん 春野菜のうま煮 豚肉、人参、たけのこ、玉葱、じゃが芋、絹さや		さばのみそ煮 さば		豚肉の天ぷら 豚肉、てんぷら粉、黒ゴマ、付) 粉ふき芋		鮭のピカタ 鮭、卵、粉チーズ、パセリ、付) ブロッコリー		たけのこごはん 鶏肉、たけのこ、油揚げ、人参、絹さや	
切干大根のナムル 切干大根、人参、ハム、ごま		カミカミ和え 小松菜、もやし、人参、さきいか		ミルクおから おから、豚ミンチ、玉葱、人参、チーズ、牛乳、ねぎ		ツナコーンサラダ ツナ、コーン、いんげん、ごま		ごま和え キャベツ、人参、アスパラ、ごま		ほうれん草の白和え ほうれん草、人参、しらたき、豆腐、ごま	
焼きししゃも ししゃも		なめこ汁 なめこ、玉葱、わかめ		若竹汁 たけのこ、薄揚げ、わかめ		ミネストロンスープ ベーコン、玉葱、じゃが芋、マカロニ、キャベツ、トマト、グリーンピース		豆腐の味噌汁 豆腐、玉葱、ねぎ		ふのみそ汁 ふ、玉葱、えのき、ねぎ	
果物 (バナナ) ひじきごはん カリカリいりこ		ココアちんすこう 牛乳		果物 (オレンジ) 菓子牛乳		いちごジャムサンド 牛乳		フルーツヨーグルト		菓子牛乳	
25 おべんとうやさん		26		27 誕生会		28		29 祝日		30	
ミートスパゲティ 合ミンチ、人参、玉葱、グリーンピース、トマト缶		厚揚げマーボー豆腐 厚揚げ、豚ミンチ、人参、玉葱、椎茸、ねぎ		わかめごはん 煮込みハンバーグ		黒米ごはん 煮魚 カレイ				ツナそぼろ丼 ツナ、鶏卵、人参、絹さや	
花にぎわいサラダ ブロッコリー、カリフラワー、卵、マヨドレ		バンサンスー 春雨、きゅうり、ハム、人参、ごま		かぼちゃサラダ かぼちゃ、じゃが芋、きゅうり、ハム、レーズン、マヨドレ		ひじきの煮物 ひじき、人参、油揚げ、いんげん				切干大根の梅肉和え 小松菜、人参、もやし、梅干し	
コーンスープ		ココロスープ じゃが芋、玉葱、人参、ウインナー、絹さや		春のみそ汁 たけのこ、麩、人参、絹さや		豆腐の味噌汁 豆腐、油揚げ、玉葱、わかめ				豆腐のみそ汁 豆腐、しめじ、わかめ	
果物 (バナナ) おにぎり、ウインナー (以上児)		菓子牛乳		果物 (いちご) 春ぼんちゼリー 桜クッキー		草団子				菓子牛乳	

※ 都合により献立が変更になる場合があります。 未満児は9時半頃牛乳を飲みます。