



# 4月の献立表



令和 4年 4月 みなと子ども園

## ご入園、ご進級おめでとうございます。

今年度も安全で美味しく、栄養バランスのとれた給食やおやつ作りをしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。また、今年度もサンプルケースに給食やおやつを展示しますので、降園の際には是非ご覧になってください。



### 今月の食育テーマ

楽しく給食を  
食べましょう。

今年度は、日本各地のメニューを献立に取り入れていきたいと思ひます。今月は、浜田市のうずめ飯を15日に入れています。



### 1(金)入園式

牛飯・豆腐のすまし汁・果物(バナナ)

- ☆ 米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖
- ☆ さやえんどう
- ☆ 豆腐 玉葱 椎茸 塩わかめ
- ☆ 煮干し 塩 醤油



### 2(土)

炊き込みご飯・えのきのみそ汁・果物(バナナ)

- ☆ 米 鶏肉 ごぼう 人参 しめじ さつま揚げ 薄口醤油
- ☆ 豆腐 玉葱 えのき 葱 揚げみそ 煮干し



### メロンパン・牛乳

- ☆ メロンパン
- ☆ 牛乳

### 菓子・牛乳

- ☆ ビスケット
- ☆ 牛乳

4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
<b>きつねうどん・さつま芋と昆布の煮物</b> <b>あずっこのゴマ和え</b> ☆ 油揚げ みりん 醤油 葱 かまぼこ 塩 みりん 昆布 かつお節 うどん ☆ さつま芋 昆布 油 砂糖 醤油 ☆ あずっこ 人参 ごま 醤油	<b>ご飯・豆腐のそぼろあんかけ</b> <b>レバーの甘辛煮・キャベツのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 豆腐 鶏挽肉 玉葱 人参 砂糖 醤油 片栗粉 さやえんどう ☆ 鶏レバー にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ☆ キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱	<b>ご飯・鮭の塩焼き・ツナ入りひじき煮</b> <b>豆腐のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ さけ 塩 ☆ 芽ひじき 人参 ツナ さやえんどう コーン 缶 油 砂糖 醤油 ☆ 豆腐 玉葱 油揚げ 葱 みそ 煮干し	<b>ハヤシライス・野菜サラダ・果物(バナナ)</b> ☆ 米 牛肉 油 にんにく 玉葱 人参 しめじ ハヤシシルウ ☆ キャベツ きゅうり パイン 缶 レーズン 酢 砂糖 塩	<b>ロールサンド</b> <b>豆乳クリームシチュー</b> ☆ ロールパン マヨネーズ チーズ ハム きゅうり シーチキン ☆ ベーコン さつま芋 人参 玉葱 しめじ マーガリン 小麦粉 塩 こしょう コンソメ 調整豆乳	<b>エビピラフ・きのこスープ・果物(バナナ)</b> ☆ 米 むきえび 人参 玉葱 コーン 缶 塩 こしょう コンソメ マーガリン ☆ 玉葱 しめじ えのき 塩わかめ 塩 醤油 煮干し
<b>チーズ蒸しパン・牛乳</b> ☆ ミックス粉 牛乳 チーズ 青のり ☆ 牛乳	<b>みかんゼリー・牛乳</b> ☆ みかん 缶 砂糖 寒天 ☆ 牛乳	<b>フライドポテト・牛乳</b> ☆ フライドポテト 油 塩 ☆ 牛乳	<b>フルーチェ・甘辛せんべい</b> ☆ フルーチェ 牛乳 ☆ 甘辛せんべい	<b>さけおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 さけ 塩 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ バターケーキ ☆ 牛乳
<b>11(月)</b> <b>ひじき入り炊き込みご飯・具だくさんみそ汁</b> ☆ 米 鶏肉 芽ひじき 干し椎茸 ごぼう 油揚げ 薄口醤油 ☆ 玉葱 大根 南瓜 油揚げ ほうれん草 人参 しめじ みそ 煮干し	<b>12(火)</b> <b>焼きそば・白菜のごま和え・あさりのスープ</b> ☆ 中華めん 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 ビーマン かつお節 油 青のり ソース ☆ 白菜 醤油 ごまきゅうり ☆ あさり 水煮 人参 大根 玉葱 塩 醤油 コンソメ パセリ	<b>13(水)</b> <b>ご飯・さばの生姜煮・キャベツサラダ</b> <b>さつま芋のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ さば 生姜 砂糖 醤油 酒 ☆ きゃべつ きゅうり 人参 コーン 缶 マヨネーズ 塩 ☆ さつま芋 豆腐 玉葱 葱 煮干し みそ	<b>14(木)誕生日会</b> <b>ご飯・肉豆腐・小松菜のごま和え</b> <b>なめこのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 牛肉 油 しらたき 人参 しめじ 大根 さやえんどう 豆腐 砂糖 醤油 ☆ 小松菜 人参 醤油 ごま ☆ なめこ 玉葱 人参 葱 えのき 煮干し みそ	<b>15(金)</b> <b>うずめ飯・納豆和え</b> <b>ふの味噌汁・果物(オレンジ)</b> ☆ 米 鶏肉 里芋 ごぼう 人参 生しいたけ 醤油 片栗粉 生揚げ みりん かつお・昆布 だし ☆ 納豆 ほうれん草 白菜 味付けのり 醤油 ☆ ふ 玉葱 えのき 葱 みそ 煮干し	<b>16(土)</b> <b>ゆかりご飯・豚汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 ゆかり ☆ 豆腐 人参 葱 煮干し みそ しめじ 豚肉 大根
<b>ジャムサンド・牛乳</b> ☆ 食パン いちごジャム ☆ 牛乳	<b>いももち・牛乳</b> ☆ カットポテト 片栗粉 砂糖 醤油 味付けのり ☆ 牛乳	<b>牛乳寒いちごソースかけ</b> ☆ 牛乳 寒天 砂糖 いちご スライス	<b>抹茶フルーツロールケーキ・牛乳</b> ☆ 小麦粉 卵 グラニュー糖 生クリーム 白桃 缶 黄桃 缶 いちご 抹茶 ☆ 牛乳	<b>チーズまんじゅう・牛乳</b> ☆ ミックス粉 バター 卵 砂糖 クリームチーズ ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ 甘辛せんべい ☆ 牛乳
<b>18(月)</b> <b>塩バターラーメン・焼きししゃも</b> <b>あさりのしぐれ煮・果物(オレンジ)</b> ☆ 中華麺 焼き豚 にんにく 玉葱 キャベツ 人参 コーン 缶 しいたけ 葱 塩 鶏がら だし ☆ ししゃも ☆ あさり 水煮 生姜 砂糖 醤油	<b>19(火)</b> <b>ご飯・厚揚げと春雨の煮物</b> <b>ほうれん草のゴマ和え・卵スープ</b> ☆ 米 ☆ 厚揚げ 春雨 豚肉 玉葱 人参 ニラ 干し椎茸 にんにく 生姜 鶏がら だし 砂糖 醤油 油 酒 ☆ ほうれん草 ごま やし 醤油 人参 ☆ 玉葱 たら 人参 卵 塩 醤油 鶏がら だし 煮干し	<b>20(水)</b> <b>わかめご飯・魚の竜田揚げ</b> <b>パンサンデー・わかめのすまし汁</b> ☆ 米 わかめ ぶりかけ ☆ サバ にんにく 生姜 片栗粉 醤油 酒 みりん 油 ☆ 春雨 きゅうり 人参 ハム ごま 酢 醤油 醤油 ごま油 ☆ わかめ ふ 玉葱 煮干し 塩 醤油	<b>21(木)</b> <b>ロールパン・鶏の照り焼き・ミルクおから</b> <b>コロコロスープ</b> ☆ ロールパン ☆ 鶏肉 にんにく 生姜 酒 みりん 砂糖 醤油 ☆ 豚挽肉 人参 玉葱 おから 葱 チーズ 油 砂糖 塩 醤油 牛乳 ☆ じゃが芋 人参 玉葱 チンゲン菜 コンソメ 塩	<b>22(金)</b> <b>ドライカレー・スティック野菜</b> ☆ 米 合挽肉 玉葱 人参 レーズン カレールウ 油 醤油 にんにく ☆ きゅうり 人参 大根 マヨネーズ	<b>23(土)</b> <b>チキンライス・チンゲン菜のスープ</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ 米 鶏肉 人参 玉葱 コンソメ ケチャップ バター 塩 こしょう ☆ 玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がら だし 塩 醤油
<b>しらすピザ・牛乳</b> ☆ ピザ生地 チーズ しらす 干し マヨネーズ ☆ 牛乳	<b>焼きドーナツ・牛乳</b> ☆ ミックス粉 豆腐 油 ☆ 牛乳	<b>♥ミルクプリン</b> ☆ 牛乳 生クリーム 寒天 砂糖 バニラエッセンス	<b>さつま芋とりごの重ね煮・牛乳</b> ☆ さつま芋 りんご レーズン バター 砂糖 レモン ☆ 牛乳	<b>フルーツゼリー・牛乳</b> ☆ 寒天 みかん 缶 白桃 缶 砂糖 黄桃 缶 パイン 缶 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ ビスケット ☆ 牛乳
<b>25(月)</b> <b>ご飯・豆腐ハンバーグ・ポキポキサラダ</b> <b>油揚げのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 豆腐 玉葱 塩 豚挽肉 鶏挽肉 芽ひじき こしょう 卵 バン粉 牛乳 ケチャップ ☆ きゅうり 大根 人参 ごま油 醤油 ☆ 油揚げ 玉葱 さつま芋 人参 葱 煮干し みそ	<b>26(火)</b> <b>春キャベツのスパゲティ・ごぼうサラダ</b> <b>ポテトスープ</b> ☆ スパゲティ ベーコン 人参 玉葱 あさり 水煮 アスパラ キャベツ しめじ 醤油 塩 ☆ ごぼう 人参 葱 ツナ マヨネーズ ☆ じゃが芋 玉葱 えのき あさり 水煮 パセリ 塩 こしょう 醤油 コンソメ	<b>27(水)</b> <b>ご飯・魚のコーンマヨネーズ焼き・切干大根煮</b> <b>南瓜のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ バトウ 塩 コーン 缶 マヨネーズ パセリ チーズ ☆ 切干大根 人参 さつま揚げ いんげん 油 砂糖 醤油 ☆ 南瓜 玉葱 油揚げ 葱 煮干し みそ	<b>28(木)子どもの日の集い</b> <b>ロールパン・エビフライ・ポテトサラダ</b> <b>ふきながしスープ・果物(オレンジ)</b> ☆ ロールパン ☆ エビ 塩 こしょう 小麦粉 バン粉 油 ブリッソ 人参 ☆ カットポテト きゅうり 人参 ツナ 塩 マヨネーズ ☆ ベーコン 春雨 キャベツ 人参 ビーマン 塩 コンソメ 醤油	<b>29(金)</b> <b>昭和の日</b> 	<b>30(土)</b> <b>スタミナ納豆丼・わかめのみそ汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 納豆 醤油 鶏挽肉 にんにく 生姜 ごま油 葱 砂糖 酒 ☆ 豆腐 塩わかめ 油揚げ 葱 煮干し みそ
<b>ヨーグルト和え</b> ☆ ヨーグルト バナナ みかん 缶 白桃 缶 黄桃 缶	<b>じゃことわかめのおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 しらす 干し わかめ ぶりかけ ☆ 牛乳	<b>マカロニあべ川(黒蜜かけ)・牛乳</b> ☆ マカロニ きな粉 砂糖 黒蜜 砂糖 ☆ 牛乳	<b>さつま芋パイ・牛乳</b> ☆ おろし さつま芋 パイ生地 砂糖 純ココア ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ ビスケット ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ ビスケット ☆ 牛乳

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。★行事、材料等の都合により献立を一部変更することがあります。

♥は、新メニューです。