



# 4月の献立表



令和 5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。

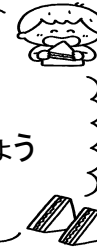
今年度も安心・安全で美味しく、栄養バランスのとれた給食やおやつ作りをしていきたいと思っておりますので、よろしく願い致します。  
また、今年度もサンプルケースに給食、おやつ、展示をしますので降園の際にはぜひご覧になって下さい。

よろしく  
お願いします



## 今月の食育テーマ

## 楽しく給食を食べましょう



1(土)

牛飯・大根のみそ汁・果物(バナナ)

- ☆ 米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖
- ☆ インゲン
- ☆ 大根 豆腐 しいたけ 葱 みそ 煮干し

菓子・牛乳

- ☆ ケーキ
- ☆ 牛乳



ゆかりごはん・豚汁・果物(バナナ)

- ☆ 米 ゆかり
- ☆ 豚肉 玉葱 人参 板こんにゃく ごぼう さつま芋 葱 みそ 煮干し

菓子・牛乳

- ☆ 甘せんべい
- ☆ 牛乳



ピラフ・チンゲン菜のスープ

- ☆ 米 鶏肉 人参 玉葱 コーン 塩 こしょう パセリ
- ☆ 鶏がらだし マヨネーズ
- ☆ 玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がらだし 塩

菓子・牛乳

- ☆ クッキー
- ☆ 牛乳



ハヤシライス・コンソメスープ

- ☆ 米 牛肉 玉葱 しめじ 人参 ハヤシルウ 油
- ☆ 玉葱 しめじ コーン 小松菜 コンソメ 塩

菓子・牛乳

- ☆ せんべい
- ☆ 牛乳



## 昭和の日



3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
<b>ご飯・チキンチャップ</b> <b>キャベツのごま和え・豆腐のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 鶏肉 にんにく トマト 酢 ケチャップ ソース 砂糖 醤油 油 ☆ キャベツ 醤油 ごま 人参 ☆ 豆腐 玉葱 しめじ みそ 煮干し 葱	<b>ご飯・鮭の西京焼き・ツナ入りひじき煮</b> <b>白菜のすまし汁</b> ☆ 米 ☆ さけ みそ 酒 醤油 みりん 砂糖 ☆ 乾ひじき 人参 ツナ インゲン コーン 油 砂糖 醤油 ☆ 白菜 えのき ふ 人参 生揚げ 醤油 塩 煮干し	<b>五目うどん・さつま芋と昆布の煮物</b> <b>あすっこの和え物・果物(バナナ)</b> ☆ うどん 鶏肉 玉葱 人参 油揚げ 葱 煮干し 塩 醤油 しいたけ 卵 ☆ さつま芋 刻み昆布 砂糖 醤油 ☆ あすっこ もやし 人参 ごま 醤油	<b>カレーライス・キャベツのサラダ</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ 米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 油 カレールウ にんにく 油 ☆ キャベツ コーン 人参 ツナ マヨネーズ	<b>ご飯・豆腐のそぼろあんかけ</b> <b>小松菜とあさりのごま和え・中華スープ</b> ☆ 米 ☆ 豆腐 鶏挽肉 玉葱 人参 砂糖 醤油 片栗粉 インゲン ☆ 小松菜 あさり 水煮 人参 醤油 ごま ☆ 玉葱 人参 チンゲン菜 卵 コーン 鶏がらだし 醤油 塩	<b>ゆかりごはん・豚汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 ゆかり ☆ 豚肉 玉葱 人参 板こんにゃく ごぼう さつま芋 葱 みそ 煮干し
<b>牛乳寒いちごソース・豆乳ウエハース</b> ☆ 牛乳 寒天 砂糖 いちご スライス ☆ 豆乳ウエハース	<b>甘納豆の蒸しケーキ</b> ☆ ホットケーキミックス 牛乳 甘納豆 抹茶 ☆ 牛乳	<b>わかめおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 わかめ ふりかけ ☆ 牛乳	<b>カルピスゼリー・クラッカー</b> ☆ 寒天 白桃缶 カルピス ☆ クラッカー	<b>フライドポテト・牛乳</b> ☆ カットポテト 油 塩 ☆ 牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆ 甘せんべい ☆ 牛乳
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
<b>竹の子ご飯・具だくさん味噌汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 人参 油揚げ たけのこ 水煮 昆布 薄口醤油 ☆ 人参 玉葱 かぼちゃ えのき 油揚げ チンゲン菜 みそ 煮干し 鶏肉 豆腐	<b>ご飯・さばの生煮・キャベツのおかか和え</b> <b>アサリのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ さば しょうが 砂糖 醤油 酒 ☆ キャベツ 人参 醤油 かつお節 ☆ あさり 水煮 玉葱 しめじ 葱 油揚げ みそ 煮干し	<b>ご飯・厚揚げの味噌炒め</b> <b>ほうれん草のコーン和え・玉葱のすまし汁</b> ☆ 米 ☆ 生揚げ 豚肉 たけのこ 水煮 しいたけ 人参 玉葱 ピーマン 油 砂糖 みそ 醤油 ☆ ほうれん草 人参 コーン 醤油 ☆ 玉葱 人参 しめじ 葱 煮干し 塩 醤油	<b>和風スパゲティ・夏みかんサラダ</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ スパゲティ ベーコン あさり 水煮 人参 干し椎茸 しめじ ピーマン 玉葱 塩 バター 醤油 こしょう ☆ きゅうり キャベツ なつみかん缶 レーズン 酢 塩 こしょう 油	<b>ご飯・豚肉じゃが・きゅうりの塩つべ和え</b> <b>なめこのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 しらたき インゲン 油 醤油 砂糖 ☆ きゅうり もやし 塩昆布 醤油 ☆ なめこ 玉葱 人参 えのき 葱 みそ 煮干し	<b>ピラフ・チンゲン菜のスープ</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ 米 鶏肉 人参 玉葱 コーン 塩 こしょう パセリ ☆ 鶏がらだし マヨネーズ ☆ 玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がらだし 塩
<b>チーズ蒸しパン・牛乳</b> ☆ ホットケーキミックス 牛乳 チーズ 青のり ウィナー ☆ 牛乳	<b>ごまトースト・牛乳</b> ☆ 食パン マーガリン グラニュー糖 ごま ☆ 牛乳	<b>南瓜まんじゅう・牛乳</b> ☆ かぼちゃ 砂糖 小麦粉 B-P こしあん ☆ 牛乳	<b>カルシウムおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 桜えび しらす干し かつお節 塩わかめ ごま ごま油 醤油 酒 ☆ 牛乳	<b>ココア入り牛乳もち・クラッカー</b> ☆ 牛乳 ココア 片栗粉 きな粉 砂糖 塩 ☆ クラッカー	<b>菓子・牛乳</b> ☆ クッキー ☆ 牛乳
17(月)	18(火)	19(水)	20(木) 誕生日会	21(金)	22(土)
<b>ご飯・豚大根</b> <b>三色和え・えのきのすまし汁</b> ☆ 米 ☆ 豚肉 大根 人参 板こんにゃく 生揚げ しょうが インゲン みそ 醤油 砂糖 ☆ ほうれん草 人参 もやし ごま 醤油 ☆ 玉葱 えのき 大根 油揚げ 葱 醤油 塩 煮干し	<b>ロールパン・あんかけ焼きそば</b> <b>ニラスープ</b> ☆ ロールパン ☆ 中華めん 豚肉 むきえび 白菜 玉葱 人参 ピーマン 塩 たけのこ 水煮 ごま油 醤油 こしょう 片栗粉 鶏がらだし ☆ 玉葱 たら 春雨 人参 卵 塩 醤油 鶏がらだし 煮干し	<b>ご飯・魚の香味焼き・ひじきサラダ</b> <b>キャベツのみそ汁</b> ☆ 米 ☆ バトウ 塩 こしょう にんにく 粉チーズ パン粉 パセリ 油 さけ 塩 ☆ 乾ひじき 人参 きゅうり ツナ コーン マヨネーズ 醤油 豚脂粉乳 ☆ キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱	<b>ご飯・麻婆豆腐・白菜ときゅうりの梅肉和え</b> <b>コロコロスープ</b> ☆ 米 ☆ 豆腐 豚挽肉 油 にんにく 酒 干し椎茸 人参 玉葱 たけのこ 水煮 葱 みそ 醤油 しょうが 砂糖 鶏がらだし ☆ 白菜 人参 きゅうり 梅干し 醤油 ☆ じゃが芋 玉葱 人参 チンゲン菜 コンソメ 塩	<b>ご飯・鶏の照り焼き・ミルクおから</b> <b>わかめのみそ汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 ☆ 鶏肉 にんにく しょうが 砂糖 醤油 みりん 酒 ☆ 豚挽肉 人参 玉葱 おから 葱 チーズ 油 砂糖 塩 醤油 牛乳 ☆ 塩わかめ ふ 玉葱 煮干し 塩 醤油	<b>ハヤシライス・コンソメスープ</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆ 米 牛肉 玉葱 しめじ 人参 ハヤシルウ 油 ☆ 玉葱 しめじ コーン 小松菜 コンソメ 塩
<b>ヨーグルト和え・豆乳ウエハース</b> ☆ ヨーグルト バナナ みかん缶 白桃缶 黄桃缶 砂糖 ☆ 豆乳ウエハース	<b>さけおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 さけ フレーク ☆ 牛乳	<b>アップルパイ・牛乳</b> ☆ りんご パイ皮 ☆ 牛乳	<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 ホイップクリーム 抹茶 白桃缶 黄桃缶 バター ☆ 牛乳	<b>オレンジゼリー・クラッカー</b> ☆ 寒天 オレンジジュース ☆ クラッカー	<b>菓子・牛乳</b> ☆ せんべい ☆ 牛乳
24(月)	25(火)	26(水) 石川県フェス	27(木)	28(金)	29(土)
<b>ご飯・鶏肉のマーマレード煮・ポパイサラダ</b> <b>あさりのスープ</b> ☆ 米 ☆ 鶏肉 マーマレード 酒 醤油 にんにく 砂糖 ☆ ほうれん草 人参 コーン 醤油 ごま マヨネーズ ☆ あさり 水煮 人参 玉葱 大根 塩 醤油 コンソメ パセリ	<b>ラーメン・南瓜のそぼろ煮</b> <b>即席漬け・果物(バナナ)</b> ☆ 中華麺 焼き豚 コーン 人参 玉葱 キャベツ 葱 塩 煮干し 醤油 ごま油 しょうが にんにく 鶏がらだし ☆ 南瓜 鶏挽肉 醤油 砂糖 ☆ キャベツ きゅうり 人参 醤油 塩	<b>ご飯・鮭の塩焼き・小松菜のナムル</b> <b>めった汁・果物(バナナ)</b> ☆ 米 ☆ さけ 塩 ☆ 小松菜 もやし 人参 ごま油 醤油 酢 ごま 砂糖 ☆ 豚肉 玉葱 人参 さつま芋 しいたけ ごぼう こんにゃく 葱 煮干し みそ	<b>ご飯・炒り豆腐・ハンサンスー</b> <b>南瓜のみそ汁</b> ☆ 米 ☆ 豆腐 しいたけ 鶏挽肉 玉葱 人参 卵 竹輪 葱 油 砂糖 醤油 ☆ 春雨 きゅうり 人参 ハム ごま 酢 醤油 ごま油 砂糖 ☆ 南瓜 玉葱 油揚げ 葱 みそ 煮干し	<b>コーンライス・エビフライ</b> <b>ポテトサラダ・ふきながしスープ</b> ☆ 米 コーン バター 塩 ☆ えび 塩 こしょう 天ぷら粉 パン粉 油 人参 フレッシュレタ ☆ じゃが芋 きゅうり 人参 ツナ マヨネーズ 塩 ☆ 鶏肉 キャベツ 人参 ピーマン 春雨 塩 醤油 コンソメ	<b>かしわもち</b> ☆ 上新粉 白玉粉 こしあん かしわの葉
<b>いももち・牛乳</b> ☆ じゃがいも 片栗粉 チーズ 塩 ☆ 牛乳	<b>♥天かす青のりおにぎり・牛乳</b> ☆ 米 天かす 青のり ごまかつお節 めんつゆ ☆ 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 塩 黒砂糖 ☆ 牛乳	<b>しらすピザ・牛乳</b> ☆ ピザクラスト チーズ しらす干し マヨネーズ ☆ 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。