４月献立表

令和５年４月発行
ながさわ子ども園

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が、お友達や職員と一緒に楽しい食事の時間が過ごせるように、安全でおいしく、バランスの取れた給食、おやつ作りをしていきたいと思っております。よろしくお願い致します。

また、今年度もメニュー紹介やサンプルを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。

						１日（土） **エビピラフ** 米、エビ、ウインナー、人参、玉葱、ピーマン、コーン、バター、コンソメ、塩 **鶏がらスープ** きゃべつ、玉葱、しめじ、チンゲン菜、鶏がらだし、塩 **オレンジ** **菓子** **牛乳**
	３日（月）	４日（火）	５日（水）	６日（木）	７日（金）	８日（土）
	牛飯 米、牛肉、人参、ごぼう、しめじ、酒、砂糖、醤油、油、キヌサヤ **あすっこの和え物** あすっこ、もやし、人参、醤油 **豆乳スープ** さつま芋、白菜、ウインナー、あさり、椎茸、豆乳、塩、コンソメ **バナナ**	**ご飯** **豚肉の** **チンジャオロース** 豚肉、筍、人参、ピーマン、パプリカ、油、にんにく、塩、砂糖、鶏がらだし、醤油、ごま油 **菜果サラダ** きゃべつ、きゅうり、パイナップル、油、酢、塩、こしょう **わかめのすまし汁** わかめ、玉葱、人参、いりこ、醤油、塩	**焼きそば** 焼きそば麺、豚肉、きゃべつ、人参、玉葱、ピーマン、油、ソース、ケチャップ **ポテトサラダ** じゃが芋、きゅうり、人参、レーズン、ツナ、マヨネーズ、スキムミルク **コーンスープ** クリームコーン、コーン、玉葱、パセリ、塩、コンソメ **オレンジ**	**ご飯** **豆腐のカレーあんかけ** 豆腐、玉葱、人参、いんげん、砂糖、醤油、カレー粉、片栗粉 **もやしの磯辺和え** もやし、人参、えのき、海苔、醤油 **小松菜の味噌汁** 小松菜、玉葱、椎茸、さつま芋、いりこ、味噌	**ご飯** **魚の味噌煮** サバ、味噌、砂糖、醤油、生姜、酒、ブロッコリー **ひじき煮** ひじき、人参、しらたき、油揚げ、砂糖、醤油、油 **えのきのすまし汁** えのき、きゃべつ、玉葱、葱、醤油、いりこ、塩	**炊き込みご飯** 米、鶏肉、人参、ごぼう、さつま揚げ、薄口醤油 **白菜の味噌汁** 白菜、人参、厚揚げ、わかめ、味噌、いりこ **バナナ**
おやつ	**紅白まんじゅう** 小麦粉、B.P、油、グラニュー糖、塩、あんこ、食紅 **牛乳**	**アップルパイ** パイ生地、りんご、グラニュー糖 **牛乳**	**フルーツ白玉** 白玉粉、砂糖、バナナ、パイナップル、白桃、みかん **牛乳**	**ピザトースト** 食パン、ケチャップ、玉葱、ウインナー、チーズ **牛乳**	**芋もち** じゃが芋、片栗粉、塩、スキムミルク **牛乳**	**菓子** **牛乳**
	１０日（月）	１１日（火）	１２日（水）	１３日（木）	１４日（金）	１５日（土）
	春キャベツスパゲティ スパゲティ、ベーコン、あさり、きゃべつ、玉葱、人参、キヌサヤ、にんにく、塩、バター **さつま芋の甘煮** さつま芋、砂糖、醤油 **中華スープ** 豆腐、玉葱、人参、しめじ、鶏がらだし、塩、醤油	**ご飯** **魚の塩焼き** サケ、塩、トマト **切干大根の含め煮** 切干大根、人参、さつま揚げ、いんげん、砂糖、醤油 **油揚げの味噌汁** 油揚げ、玉葱、人参、葱、いりこ、味噌	**サンドイッチ** 食パン、マヨネーズ、きゅうり、ハム、チーズ **鶏肉の** **マーマレード煮** 鶏肉、にんにく、酒、醤油、マーマレードジャム **コロコロスープ** さつま芋、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、コンソメ、塩 **りんご**	**ご飯** **厚揚げと春雨の煮物** 厚揚げ、人参、ニラ、豚肉、玉葱、春雨、椎茸、生姜、にんにく、鶏がらだし、醤油、砂糖、みりん、酒 **きゅうりと** **わかめの酢の物** きゅうり、わかめ、ツナ、コーン、酢、砂糖、醤油、塩 **大根のすまし汁** 大根、玉葱、しめじ、小松菜、塩、醤油、いりこ	**ご飯** **鶏じゃが** 鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱、しらたき、グリーンピース、油、砂糖、醤油 **ほうれん草の花和え** ほうれん草、もやし、卵、醤油 **おつゆふの味噌汁** おつゆふ、玉葱、椎茸、葱、味噌、いりこ	**五目寿司** 米、酢、砂糖、塩、人参、ごぼう、エビ、椎茸、醤油、キヌサヤ **もやしの味噌汁** もやし、人参、えのき、葱、いりこ、味噌 **バナナ**
おやつ	**焼きおにぎり** 米、ごま、しらす干し、酒、みりん、味噌、砂糖 **牛乳**	**マカロニ安倍川** マカロニ、きな粉、塩、砂糖、黒砂糖 **牛乳**	**ココアかけ牛乳もち** 牛乳、片栗粉、砂糖、ミルクココア	**バナナ蒸しパン** 小麦粉、B.P、卵、砂糖、豆乳、油、バナナ、レモン汁 **牛乳**	**人参団子** 白玉粉、人参、豆腐、砂糖、醤油、片栗粉 **牛乳**	**菓子** **牛乳**
	１７日（月）	１８日（火）	１９日（水）	２０日（木）誕生会	２１日（金）青空ランチ	２２日（土）
	ご飯 **豆腐のおやき** 豆腐、葱、ツナ、パン粉、スキムミルク、卵、ケチャップ、ブロッコリー **レバーの甘辛煮** 鶏レバー、にんにく、生姜、醤油、砂糖、酒 **かき玉汁** 玉葱、えのき、卵、チンゲン菜、いりこ、醤油、塩	**ご飯** **魚の若草焼き** サワラ、マヨネーズ、抹茶 **華風和え** ひじき、人参、ハム、きゅうり、ごま、ごま油、醤油、酢 **玉葱の味噌汁** 玉葱、しめじ、わかめ、油揚げ、味噌、いりこ	**五目うどん** うどん、鶏肉、玉葱、人参、葱、油揚げ、塩、醤油、みりん、いりこ **ししゃもの天ぷら** ししゃも、天ぷら粉、油、コーン **小松菜と** **あさりの和え物** 小松菜、白菜、あさり、醤油 **オレンジ**	**ご飯** **アジカツ** アジ、にんにく、塩、小麦粉、パン粉、油、トマト **酢味噌和え** ブロッコリー、人参、しめじ、酢、砂糖、味噌 **春雨スープ** 春雨、人参、玉葱、わかめ、鶏がらだし、塩	**チキンカレー** 米、押麦、鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、しめじ、グリーンピース、カレールウ、油、酒、レーズン **きゃべつの塩っぺ和え** きゃべつ、人参、塩昆布、醤油 **りんご**	**豚肉の生姜焼き丼** 米、豚肉、玉葱、人参、葱、生姜、砂糖、醤油 **オニオンスープ** 玉葱、じゃが芋、人参、パセリ、コンソメ、塩 **オレンジ**
おやつ	**ジャムサンド** 食パン、いちごジャム **牛乳**	**ポンデケージョ** ミックス粉、白玉粉、チーズ、牛乳、油 **牛乳**	**おかか梅おにぎり** 米、梅干し、しらす干し、かつお節、醤油 **牛乳**	**ロールケーキ** 卵、グラニュー糖、小麦粉、生クリーム **牛乳**	**プリン** 牛乳、卵、グラニュー糖	**菓子** **牛乳**
	２４日（月）	２５日(火)	２６日（水）	２７日(木)	２８日(金)子どもの日のお祝い会	２９日（土）
	二色丼 米、鶏ミンチ、生姜、ほうれん草、醤油、みりん、砂糖 **金平ごぼう** ごぼう、人参、しらたき、ピーマン、砂糖、醤油、ごま、ごま油 **★血液サラサラ** **野菜スープ** じゃが芋、人参、きゃべつ、玉葱、トマト、ベーコン、サバ缶、パセリ、コンソメ、塩、こしょう	**豆ご飯** 米、塩、グリーンピース **魚の竜田揚げ** ブリ、にんにく、生姜、塩、醤油、みりん、酒、片栗粉、油、トマト **白菜とじゃこの炒め煮** 白菜、しらす干し、人参、ごま油、塩、醤油 **ミルク味噌汁** さつま芋、玉葱、ごぼう、葱、牛乳、味噌、いりこ	**ご飯** **麻婆豆腐** 豆腐、豚ミンチ、椎茸、筍、玉葱、人参、生姜、にんにく、ごま油、油、味噌、醤油、砂糖、鶏がらだし、酒 **じゃが芋の煮物** じゃが芋、人参、いんげん、砂糖、醤油 **白菜のすまし汁** 白菜、玉葱、しめじ、わかめ、いりこ、塩、醤油	**ラーメン** 中華麺、焼き豚、玉葱、もやし、コーン、チンゲン菜、鶏がらだし、塩、醤油、いりこ **鶏肉と** **高野豆腐の卵焼き** 鶏肉、ピーマン、玉葱、人参、高野豆腐、卵、醤油、砂糖、酒、油 **ほうれん草の和え物** ほうれん草、人参、醤油 **バナナ**	**ご飯** **エビフライ** エビ、塩、天ぷら粉、パン粉、油、人参、砂糖、ブリッツ **春の緑野菜サラダ** アスパラガス、キヌサヤ、ブロッコリー、マヨネーズ、ケチャップ **ふきながしスープ** ウインナー、きゃべつ、人参、ピーマン、春雨、塩、醤油、コンソメ	**昭和の日**
おやつ	**オレンジゼリー** オレンジジュース、寒天、グラニュー糖 **牛乳**	**スイートパンプキン** 南瓜、バター、砂糖、牛乳、レーズン **牛乳**	**スティックパイ** パイ生地、グラニュー糖 **牛乳**	**菜飯おにぎり** 米、押麦、菜飯ふりかけ **牛乳**	**柏もち** 上新粉、白玉粉、砂糖、あんこ、柏の葉 **牛乳**	

●３歳未満児のみ午前のおやつに牛乳（１００ｍｌ）を飲みます。●行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

★市内の小学校の生徒が考えた減塩メニューです。