



4月 献立表



金龍保育園

日	曜日	未満児 10時おやつ	こんだて	ざいりょう	全児 おやつ	
1	月	牛乳 お焼き	ごはん・サバの照焼・じゃがいもの煮物・味噌汁	米・サバ・ブロッコリー・じゃが芋・鶏肉・人参・豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・油	ミルク きな粉トースト	
2	火	牛乳 果物	おにぎり・焼きそば・もやしの和え物・豆腐汁	米・わかめ・焼きそば麺・キャベツ・玉葱・人参・かまぼこ・葱・もやし・ほうれん草・豆腐・鶏肉・えのき	牛乳 チヂミ	
3	水	牛乳 マカロニきな粉	ごはん・かき揚げ・切昆布の煮物・すまし汁	米・玉葱・人参・インゲン・かぼちゃ・さつまいも・切昆布・鶏肉・あげ・ふ・わかめ・ねぎ・てんぷら粉・油	ミルク リッツスモア	
4	木	牛乳 蒸しさつま芋	ごはん・麻婆豆腐・じゃがいもとハムのサラダ 中華スープ	米・豆腐・白ネギ・豚ミンチ・生姜・じゃが芋・ハム・パセリ・玉葱・卵・春雨・ねぎ	サワーヨーグルト スコーン	
5	金	牛乳 カボチャ餅	ごはん・鶏肉のトマト煮・ポテトサラダ・野菜スープ	米・鶏肉・玉葱・トマト缶・ニンニク・パセリ・じゃが芋・きゅうり・ハム・セロリ・キャベツ・人参・オリーブオイル	サワーヨーグルト みかんゼリー	
6	土	牛乳 食パン	カレーライス・コールスローサラダ・果物	米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・きゅうり・ハム・コーン・バナナ	牛乳 ポップコーン	
7	日	お休み				
8	月	牛乳 じゃこお焼き	ごはん・カレイの唐揚げ・ごぼうの炒り煮・味噌汁	米・カレイ・レモン・レタス・ごぼう・糸こんにゃく・人参・牛肉・豆腐・わかめ・ねぎ・みそ	ミルク フルーツヨーグルト	
9	火	牛乳 ジャムパン	ごはん・鶏手羽元のあっさり煮・切干大根の炒り煮 かきたま汁	米・鶏手羽元・ブロッコリー・切干大根・鶏肉・人参・あげ・卵・にら	牛乳 パンラスク	
10	水	牛乳 蒸しさつま芋	ごはん・肉豆腐・ほうれんそうのツナ和え・そうめん汁	米・牛肉・豆腐・玉葱・人参・ほうれん草・ツナ缶・そうめん・かまぼこ・ねぎ・こんぶ	ミルク ココアムース	
11	木	牛乳 果物	ごはん・チキンカツ・マカロニサラダ・野菜スープ	米・鶏肉・卵・パン粉・油・マカロニ・キュウリ・ハム・人参・セロリ・キャベツ・クルトン	サワーヨーグルト わらび餅	
12	金	牛乳 きな粉パン	ハヤシライス・マセドアンサラダ・果物	米・牛肉・玉葱・じゃが芋・人参・キュウリ・ハム・コーン・チーズ・りんご	サワーヨーグルト ホットケーキ	
13	土	牛乳 お焼き	おにぎり・きつねうどん・糸こんにゃくの炒り煮・果物	米・あげ・かまぼこ・葱・糸こんにゃく・うどん玉・人参・オレンジ	牛乳 フライドポテト	
14	日	お休み				
15	月	牛乳 果物	ごはん・サバの塩焼き・白菜とツナの炒り煮・味噌汁	米・サバ・レモン・青シソ・白菜・ツナ・人参・豚肉・カボチャ・玉葱・ねぎ・みそ	ミルク ビスケット	
16	火	牛乳 お焼き	チャーハン・春雨サラダ・野菜スープ	米・焼き豚・人参・玉葱・卵・葱・油・春雨・キュウリ・ハム・セロリ・キャベツ・クルトン	牛乳 マシュマロクッキー	
17	水	牛乳 食パン	ごはん・お豆腐ナゲット・ジャーマンポテト・スープ	米・豆腐・鶏ミンチ・片栗粉・油・キャベツ・トマト・じゃが芋・ベーコン・人参・玉葱・えのき・絹豆腐・ねぎ	ミルク きな粉ボール	
18	木	牛乳 マカロニきな粉	ひじきご飯・赤魚の煮付け・切昆布の炒り煮 すまし汁	米・ひじき・人参・鶏ミンチ・あげ・赤魚・白ネギ・昆布・さつま揚げ・鶏肉・豆腐・わかめ・ねぎ	サワーヨーグルト スイートポテト	
19	金	牛乳 果物	三色丼・炒り豆腐・春雨スープ	米・卵・絹さや・鶏ミンチ・豆腐・豚ミンチ・人参・さつま揚げ・あげ・春雨・白菜・ねぎ	サワーヨーグルト フレンチトースト	
20	土	牛乳 コーンフレーク	ごはん・タンドリーチキン・小松菜と納豆の和え物 白菜のシチュー	米・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・キャベツ・小松菜・納豆・人参・白菜・ミルク・ベーコン	牛乳 マカロニきな粉	
21	日	お休み				
22	月	牛乳 蒸しさつま芋	ごはん・はんぺんとお豆腐のふわふわ焼き れんこん煮・わかめスープ	米・はんぺん・豆腐・かまぼこ・葱・ブロッコリー・れんこん・こんにゃく・鶏肉・わかめ・ごま・ねぎ	ミルク 館パタートースト	
23	火	牛乳 ジャムパン	★お誕生会★ チキンライス・唐揚げ・スマイルポテト・ ポテトサラダ・果物の盛り合わせ・スープ	米・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・トマト缶・キュウリ・ハム・バナナ・リンゴ・オレンジ・キャベツ	牛乳 ココアケーキ	
24	水	牛乳 お焼き	おにぎり・スパゲッティナポリタン・小松菜サラダ	米・ゆかり・スパゲティ・豚肉・玉葱・人参・トマト缶・小松菜・卵・ハム	ミルク もちもちパン	
25	木	牛乳 青のりポテト	ごはん・サバの竜田揚げ・きゅうりの酢の物・味噌汁	米・さば・にんにく・生姜・油・片栗粉・キャベツ・レモン・きゅうり・わかめ・かまぼこ・豆腐・白菜・ねぎ	サワーヨーグルト お麩のラスク	
26	金	牛乳 果物	ごはん・豚の生姜焼き・カボチャの煮物・すまし汁	米・豚肉・玉葱・生姜・ブロッコリー・カボチャ・ふわかめ・ねぎ・油	サワーヨーグルト リッツ	
27	土	牛乳 きな粉パン	ごはん・鶏肉のピカタ・ピーマンのステーキ・スープ	米・鶏肉・油・卵・レタス・トマト・ピーマン・パプリカ・ベーコン・玉葱・キャベツ・人参・パセリ	牛乳 米粉蒸しケーキ	
28	日	お休み				
29	月	昭和の日				
30	火	牛乳 果物	ごはん・肉じゃが・春雨の酢の物・豆腐汁	米・じゃが芋・牛肉・人参・玉葱・インゲン・春雨・キュウリ・ハム・豆腐・鶏肉・かまぼこ・ねぎ	牛乳 フロランタン	

【食前のことば】み光のもと われ今幸いに この清き食を受く いただきます。
 【食後のことば】われ今 この清き食を終わりにて 心豊かに 力身に満つ ごちそうさま。
 ※献立内容は変更することもあります。ご了承ください。

