

# 4月分給食献立表

平成 20年

あおぞら保育園

日	曜日	給食	おやつ	材料及び体内での働き(昼食・おやつ)			夕食
				血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	
1	火	入園式特別メニュー		卵・鶏肉 でんぷ チーズ・牛乳	米 お麩	キャベツ・ほうれん草 人参 いちご	豚肉のトマト煮 さつまいものサラダ
2	水	ごはん・清汁 炒り豆腐 かぼちゃサラダ	プリン ナッツと小魚の菓子	木綿豆腐 小魚・卵 牛乳	米 かぼちゃ・ピーナツ ベーコン	小松菜・長ネギ・人参 ごぼう・玉葱・干し椎茸 グリーンピース・胡瓜・人参	豆腐の中華風煮 わかめサラダ
3	木	チキンカレーライス スープ カブサラダ	フルーツヨーグルト	鶏肉 ヨーグルト 牛乳	米 じゃがいも	玉葱・人参・ピーマン・キャベツ えのきたけ・カブ・レタス 胡瓜・もやし・モモ/みかん缶詰・バナナ	マーボーなす 納豆のネバネバ和え
4	金	ごはん・清汁 サバの味噌煮 青菜のかつお和え	きなこクッキー	サバ きなこ 脱脂粉乳・牛乳	米	なめこ・三つ葉・小松菜 もやし・人参	五目卵焼き インゲンの天ぷら
5	土	パン クリームシチュー 茹でブロッコリー	トマト チーズ	豚肉 脱脂粉乳 チーズ・牛乳	パン じゃがいも	玉葱・人参 ブロッコリー トマト	
6	日						
7	月	ごはん・味噌汁 松風焼き 即席漬け	ひじきごはん	鶏肉 豚肉 卵・牛乳	米	もやし・しめじ・長ネギ カブ・胡瓜・キャベツ ひじき・人参	アジフライ コーンサラダ
8	火	鶏南蛮 もやしとかまぼこの和え物 清見オレンジ	小倉蒸しパン	鶏肉 かまぼこ 牛乳	うどん 小豆	人参・玉葱・長ネギ 干し椎茸・もやし 清見オレンジ	ポークビーンズ 金平ごぼう
9	水	ごはん・味噌汁 レバーのかりん揚げ 青菜のかつお和え	いちご チーズ	豚レバー チーズ 牛乳	米	大根・キャベツ・生姜 小松菜・もやし・人参 いちご	やきそば りんごサラダ
10	木	麦ごはん・清汁 ポテト卵焼き 酢の物	きなこマカロニ	はんぺん・しらす干し・脱脂粉乳 鶏肉・卵・かにかまぼこ チーズ・牛乳・きなこ	米 麦 じゃがいも	長ネギ・玉葱・胡瓜 わかめ	タンドリーチキン 人参の甘煮
11	金	ごはん・味噌汁 ぶり大根 じゃがトマサラダ	海苔チーズサンド	油揚げ ぶり チーズ・牛乳	米 じゃがいも 食パン	筍・なめこ・もやし 大根・トマト・胡瓜 わかめ・海苔	すき焼き風煮 粉ふきいも
12	土	ごはん 野菜たっぷりポトフ ほうれん草とコーンのソテー	トマト 菓子	ウインナー 牛乳	米 じゃがいも	玉葱・人参 ブロッコリー・キャベツ ほうれん草・コーン・果物	
13	日						
14	月	ごはん・味噌汁 厚揚げとなすの味噌炒め 大根の梅和え	草もち	豚肉 生揚げ 牛乳	米 草もち	わかめ・なめこ なす・人参 大根・きゅうり・梅干し	とんかつ 大根サラダ
15	火	ミートソースバググティー スープ ポパイサラダ	ベーコンチーズ蒸しパン	豚肉 かにかまぼこ チーズ・牛乳	スバググティー ベーコン	人参・玉葱・ピーマン トマト・アスパラガス・胡瓜 干し椎茸・ほうれん草・レタス	ピーマンの肉詰め グリーンサラダ
16	水	ごはん・味噌汁 肉じゃが 若竹煮	ミディトマト 菓子	木綿豆腐 豚肉 牛乳	米 じゃがいも 白滝	もやし・玉葱・人参 筍・わかめ トマト	他人丼 ほうれん草のお浸し
17	木	麦ごはん・清汁 鶏の唐揚げ ひじき金平	混ぜごはん	鶏肉 油揚げ 牛乳	米 麦 突きこんにゃく	三つ葉・とろろ昆布・生姜 ひじき・ごぼう・人参 干し椎茸	豚の生姜焼き わかめサラダ
18	金	ごはん・味噌汁 カジキのムニエル 春雨サラダ	牛乳フルーツポンチ	カジキ ハム 牛乳	米 春雨 お麩・ごま	キャベツ・胡瓜・人参・コーン 小松菜 みかん/パイナップル/もも缶詰	筑前煮 チーズサラダ
19	土	ハヤシライス わかめの和え物	トマト 菓子	豚肉 牛乳	米 ごま	玉葱・人参 わかめ・胡瓜 トマト	
20	日						
21	月	ごはん・スープ スパニッシュオムレツ ごぼうサラダ	おからスコーン	ウインナー 卵・チーズ ハム・おから・牛乳	米 ごま じゃがいも	もやし・にら 玉葱・ごぼう・人参・胡瓜 ミックスベジタブル	肉豆腐 青菜のゴマ和え
22	火	ジャージャー麺 卵スープ 大豆サラダ	よもぎ蒸しパン	豚肉 卵・大豆 ツナ・牛乳	中華麺 小豆	生姜・胡瓜・玉葱 長ネギ・トマト セロリー・よもぎ	チンジャオロース ポテトサラダ
23	水	ごはん・清汁 高野豆腐のオランダ煮 キャベツのゆかり和え	メロン チーズ	木綿豆腐・鶏肉 凍り豆腐 チーズ・牛乳	米 じゃがいも	わかめ・玉葱・人参 ピーマン・キャベツ 胡瓜・しそ・メロン	鶏肉のゴマ照焼 ブロッコリー のおかか和え
24	木	麦ごはん・味噌汁 鶏の照焼 白和え	そらまめ	鶏肉 木綿豆腐 そらまめ	米 麦・ごま 突きこんにゃく	なめこ・大根・小松菜 人参・ひじき・干し椎茸	和風ミートローフ 即席漬け
25	金	★お誕生日会特別メニュー★		木綿豆腐・卵 サバ・ハム おから・牛乳	米 スバググティー	干し椎茸・トマト・玉葱 パセリ・胡瓜・コーン 人参	高野豆腐のふわふわ煮 もやしの三杯酢
26	土	和風ツナスバググティー インゲンの胡麻和え	トマト 菓子	ツナ 牛乳	スバググティー	玉葱・人参・えのきたけ ピーマン・海苔・いんげん・トマト	
26	日						
27	月	親子丼 味噌汁 キャベツとわかめの甘酢漬け	人参クッキー	卵 鶏肉・油揚げ 牛乳	米	玉葱・なめこ・キャベツ わかめ・人参・胡瓜	鶏の味噌焼き コールスローサラダ
29	火	昭和の日					
30	水	麦ごはん・清汁 酢豚 アスパラのゴマ和え	豆腐白玉団子	豚肉 絹豆腐・きなこ 牛乳	米 麦 ごま	小松菜・長ネギ・生姜・玉葱 人参・筍・ピーマン・干し椎茸 パイナップル缶詰・アスパラガス	麻婆豆腐 ココロサラダ

※献立は都合によって変更することがあります。  
 ※乳児には9時ごろに朝のおやつとして、季節の果物や野菜が出ます。  
 ※給食では、牛肉・牛エキスを含んだもの、コンソメの使用を中止しています。