

4月予定および献立表

2024年4月1日

立売堀敬愛保育園

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 月	始業式	中華風ローストチキン/添野菜 ツナサラダ 中華スープ	鶏肉、玉葱、生姜、にんにく、みりん、醤油、胡麻、ごま油/ブロッコリー、マヨドレ ツナ、胡瓜、キャベツ、大根、人参、酢、サラダ油、醤油、塩 チンゲン菜、コーン、青ねぎ、鶏がら、酒、醤油、塩	フライドポテト ●牛乳 フライドポテト、サラダ油、 青のり、塩
2 火		ハヤシライス 大豆サラダ ゼリー	牛肉、玉葱、人参、しめじ、サラダ油、トマトピューレ、ケチャップ、ルウ 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、塩、醤油 ミニゼリー	マカロニきな粉 ●牛乳 マカロニ、きな粉、三温糖
3 水	入園式	ゆかりご飯/鯖の塩焼き ひじき煮 豚汁	ゆかり/鯖、サラダ油、塩 ひじき、竹輪、人参、白滝、いんげん、サラダ油、みりん、三温糖、醤油 豚肉、大根、牛蒡、さつま芋、人参、味噌	シナモン揚げパン ●牛乳 無塩NEGロール、シナモン、 グラニュー糖、サラダ油
4 木		豚の生姜焼き 磯和え みそ汁	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン、生姜、酒、みりん、醤油、三温糖、サラダ油 キャベツ、ほうれん草、人参、海苔、醤油、みりん、三温糖 お麩、わかめ、青ねぎ、味噌	かやくご飯 ●牛乳 鶏肉、しめじ、干椎茸、人参、 牛蒡、酒、醤油、みりん
5 金		ピピンバ 蒸ししゅうまい チンゲン菜のトロトロスープ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、青ねぎ、サラダ油、醤油、三温糖、にんにく、ごま油、胡麻 しゅうまい 玉葱、竹輪、チンゲン菜、生姜、鶏がら、料理酒、醤油、塩、ごま油、片栗粉	豆腐ドーナツ ●牛乳 豆腐、HM、豆乳、 三温糖、きな粉、サラダ油
6 土		焼きそばスパゲティ グリーンサラダ みそ汁/フルーツ	スパゲティ、豚肉、キャベツ、玉葱、人参、もやし、竹輪、焼きそばソース、サラダ油 ブロッコリー、胡瓜、キャベツ、酢、サラダ油、塩、醤油 じゃが芋、しめじ、青ねぎ、味噌/みかん缶	五平餅 ●牛乳 味噌、三温糖、みりん、 胡麻
7 日				
8 月		鶏肉の照り焼き/添野菜 ボン酢和え みそ汁	鶏肉、酒、三温糖、醤油、みりん/ほうれん草、醤油、三温糖、 キャベツ、竹輪、人参、胡瓜、えのき、ボン酢、三温糖、ごま油 南瓜、玉葱、青ねぎ、味噌	フルーツ寒天 せんべい ●牛乳 寒天、三温糖、フルーツカクテル缶、 オレンジジュース、林檎ジュース
9 火		肉じゃが カニカマサラダ みそ汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、干椎茸、いんげん、みりん、酒、三温糖、サラダ油、醤油 カニカマ、人参、胡瓜、キャベツ、サラダ油、ごま油、酢、醤油、塩 大根、厚揚げ、青ねぎ、味噌	おはぎ ●牛乳 もち米、上白糖、こしあん、 食紅
10 水		鱈のオニオンソース 切り干し大根のサラダ みそ汁	鱈、塩、片栗粉、サラダ油、玉葱、生姜、上白糖、醤油、酒、みりん 切り干し大根、ほうれん草、人参、ツナ、上白糖、塩、醤油、ごま油 えのき、キャベツ、青ねぎ、味噌	おからクッキー ●牛乳 HM、おから、上白糖、 豆乳、サラダ油
11 木	体育遊び シーツ交換 (ひよこさぎくま)	きつねうどん 平天と野菜の煮物 フルーツ/ゼリー	うどん、みりん、醤油、油揚げ、上白糖、鶏肉、人参、玉葱、青ねぎ さつま揚げ、大根、人参、干椎茸、じゃが芋、いんげん、みりん、三温糖、醤油 バナナ/ミニゼリー	玄米鮭おにぎり ●牛乳 玄米、鮭、胡麻、塩、酒
12 金	E~たいむ シーツ交換 (りすいぬ)	中華丼 胡麻和え みそ汁	豚肉、玉葱、チンゲン菜、人参、えび、干椎茸、小松菜、酒、鶏がら、醤油、ごま油、片栗粉、サラダ油 キャベツ、竹輪、人参、胡瓜、胡麻、みりん、三温糖、醤油 豆腐、ほうれん草、青ねぎ、味噌	大学芋 ●牛乳 さつま芋、サラダ油、三温糖、 醤油、胡麻、片栗粉
13 土	幼児 弁当日	えびピラフ じゃこサラダ コンソメスープ	えび、玉葱、人参、チンゲン菜、コーン、サラダ油、コンソメ、塩 じゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、酢、塩、サラダ油、醤油 玉葱、じゃが芋、燻製やウインナー、パセリ、コンソメ、塩	ちんすこう ●牛乳 薄力粉、三温糖、サラダ油
14 日				
15 月		●肉団子の甘酢あんかけ/添野菜 ナムル 中華スープ	肉団子、ケチャップ、三温糖、酢、酒、醤油、片栗粉/ブロッコリー、酢、塩、醤油、サラダ油 もやし、人参、ほうれん草、ごま油、醤油、三温糖、胡麻 玉葱、クリームコーン、青ねぎ、鶏がら、酒、醤油、塩	●カレーチーストースト ●牛乳 食パン、カレー粉、マヨドレ、 上白糖、パセリ、バルメザンチーズ
16 火		★●パン/フルーツ ●クリームシチュー コーンサラダ	パン/黄桃缶 鶏肉、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、サラダ油、牛乳、ルウ、スキムミルク コーン、キャベツ、人参、胡瓜、酢、サラダ油、塩、醤油	鯖缶の炊き込みご飯 ●牛乳 もち米、鯖味噌缶、しめじ、 人参、油揚げ、生姜、塩昆布

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
17 水	入園進級写真	鶏肉のマリネ焼き/添野菜 ハムサラダ コンソメスープ	鶏肉、レモン汁、酢、サラダ油、塩、玉葱、パプリカ、パセリ/南瓜、みりん、醤油、三温糖 ハム、キャベツ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、塩、醤油 ほうれん草、人参、コーン、コンソメ、塩	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、フルーツカクテル缶、 みかん缶、バナナ、三温糖 ★●パウムクーヘン
18 木	体育遊び	豚のしぐれ煮 おかか和え みそ汁	豚肉、白滝、牛蒡、人参、玉葱、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、生姜 ほうれん草、キャベツ、人参、みりん、三温糖、醤油、かつお節 しめじ、豆腐、わかめ、青ねぎ、味噌	★●アメリカンドッグ ●牛乳 HM、ポールウインナー、 豆乳、サラダ油
19 金	E~たいむ 習字(きりん)	鱈の若草焼き/添野菜 切り干し大根の煮物 みそ汁	鱈、ほうれん草、味噌、マヨドレ/キャベツ、ゆかり 切り干し大根、白滝、人参、竹輪、いんげん、サラダ油、みりん、三温糖、醤油 小松菜、厚揚げ、青ねぎ、味噌	●マシュマロおこし ●牛乳 コーンフレーク、無塩バター、 マシュマロ
20 土		豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、白滝、青ねぎ、酒、みりん、三温糖、醤油 ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン、酢、サラダ油、醤油、塩 じゃが芋、えのき、青ねぎ、味噌	●ポテトのピザ風 ●牛乳 フライドポテト、玉葱、ケチャップ ピーマン、サラダ油、塩、 チーズ、燻製やウインナー
21 日				
22 月		鶏肉のノルウェー/添野菜 じゃこひじきのサラダ ★クリームコーンと卵のスープ	鶏肉、片栗粉、薄力粉、サラダ油、ケチャップ、ウスターソース、三温糖/ほうれん草、コーン、塩、サラダ油 じゃこ、ひじき、キャベツ、胡瓜、パプリカ、酢、サラダ油、塩、醤油 クリームコーン、鶏卵、青ねぎ、とりがら、醤油	●シュガートースト ●牛乳 食パン、マーガリン、三温糖、 グラニュー糖
23 火		豚肉のブルコギ炒め ポテトサラダ きのこスープ	豚肉、玉葱、人参、チンゲン菜、春雨、生姜、みりん、醤油、上白糖、ごま油 じゃが芋、胡瓜、コーン、人参、ツナ、マヨドレ、塩 しめじ、えのき、玉葱、コンソメ、塩、パセリ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳 HM、ヨーグルト、BP、上白糖、 スキムミルク、サラダ油、 マーマレードジャム
24 水	誕生会	チキンカレー キャベツとみかんのサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、しめじ、サラダ油、生姜、にんにく、ルウ キャベツ、みかん、胡瓜、レーズン、サラダ油、酢、塩、醤油 ヨーグルト、上白糖	★●バースデーケーキ ●牛乳 スポンジケーキ、上白糖、 豆乳ホイップ、苺、苺ジャム、 白桃缶
25 木	体育遊び シーツ交換 (ひよこさぎくま)	菜飯/鮭の西京焼き 酢の物 けんちん汁	菜飯の素/鮭、味噌、三温糖、みりん、酒 大根、じゃこ、胡瓜、人参、酢、三温糖、醤油 鶏肉、牛蒡、人参、大根、里芋、蒟蒻、青ねぎ、酒、醤油、塩	★●キャロットケーキ ●牛乳 人参、薄力粉、鶏卵、BP、 有塩バター、三温糖、牛乳、 スキムミルク
26 金	E~たいむ 習字(きりん) シーツ交換(りすいぬ)	ミートスパゲティ コールスローサラダ フルーツ	スパゲティ、豚肉、牛蒡、玉葱、人参、ピーマン、カットトマト缶、ケチャップ、コンソメ、薄力粉、サラダ油、塩、ウスターソース、パセリ キャベツ、人参、胡瓜、レーズン、酢、サラダ油、醤油、塩 パイナップル	ひじきおにぎり ●牛乳 ひじき、じゃこ、油揚げ、 酒、醤油、生姜
27 土	幼児 弁当日	炒飯 中華サラダ ★にらスープ	豚肉、人参、小松菜、青ねぎ、サラダ油、塩、ごま油、醤油、鶏がら、生姜 もやし、胡瓜、人参、酢、醤油、ごま油、塩、三温糖 にら、コーン、鶏卵、胡麻、鶏がら、酒、醤油、塩	ホットドッグ ●牛乳 無塩NEGロール、キャベツ、 塩、カレー粉、サラダ油、 ケチャップ、燻製やウインナー
28 日				
29 月				
30 火	避難訓練	★鮭寿司 ひじきと高野豆腐の煮物 すまし汁	鮭、胡瓜、大葉、胡麻、鰯糸卵、酢、三温糖、塩、海苔 ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん、醤油、三温糖、ごま油、みりん 豆腐、えのき、三つ葉、塩、料理酒、醤油	林檎ケーキ ●牛乳 HM、上白糖、サラダ油、林檎、 豆乳、林檎ジュース、BP、豆乳

朝おやつ・延長用おやつ

- は乳、★は卵を使用している献立です
(対象の食材を太字で表記しています)
- 献立は仕入れ等の状況により若干変更する場合があります
- HM=ホットケーキミックス、BP=ベーキングパウダー
- 合わせだしは、かつおと昆布を使用しています
- 玄米は、りす組さんから提供します **今月の一人当たりの栄養素(3歳以上)**

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	575	21.5	16.0	260	2.5	213	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	557	20.3	16.1	227	2.2	189	0.32	0.39	23	4.5	1.7