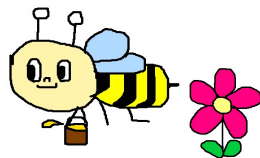




# 4月献立表



2017年度 烏山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	3/17	ごはん 麻婆豆腐 たたききゅうり トマト春雨スープ	3日 牛乳※ おかゆドーナツ 17日 牛乳※ ホットケーキ※	米・豆腐・豚肉・玉葱・長葱・干し椎茸・人参・ニンニク・生姜・きゅうり・鶏肉・もやし・白菜・春雨・絹さや・トマト・MIX粉・おかゆ・牛乳・卵・マーガリン・メープルシロップ	10/24	ごはん 鶏の照り焼き 落のキンピラ 味噌けんちん汁	アスパラとベーコンの スパゲティ お茶	米・鶏肉・サラダ菜・ふき・人参・こんにゃく・舞茸・えのき・油揚げ・長葱・里芋・ごぼう・大根・豆腐・小松菜・パスタ・ベーコン・玉葱・エリンギ・アスパラ・お茶
火	4/18	チキンカレーライス スティックサラダ (ゴマ味噌マヨネーズ)※ みかんジュース	フルーツヨーグルト※ お茶	米・鶏肉・玉葱・人参・しめじ・じゃが芋・ほうれん草・エリンギ・カレールウ・トマト・キャベツ・スナップえんどう・マヨネーズ・ゴマ・みかんジュース・メロン・いちご・りんご・バナナ・みかん缶・パン缶・もも缶・ヨーグルト・お茶	11/25	麦ごはん 鮭のバター焼き※ 五目ひじき のっぺい汁	11日 牛乳※ いちごのショートケーキ※ 25日 牛乳※ いちごのパウンドケーキ※	米・押麦・鮭・薄力粉・マーガリン・ひじき・人参・油揚げ・こんにゃく・枝豆・ごぼう・鶏肉・長葱・干し椎茸・大根・里芋・小松菜・牛乳・卵・いちご・生クリーム
水	5/19	食パン(ジャム) 海老グラタン※ トマトサラダ ジュリエヌスープ※	五平餅 お茶	食パン・ジャム・海老・玉葱・人参・ブロッコリー・マッシュルーム・マカロニ・薄力粉・マーガリン・牛乳・パン粉・粉チーズ・トマト・レタス・パセリ・レモン・えのき・ベーコン・ピーマン・キャベツ・セロリ・米・ゴマ・お茶	12/26	食パン(はちみつマーガリン)※ ポークケチャップ アスパラのグリーンサラダ 人参とかぼちゃのポターージュ※	わらび餅 お茶	食パン・はちみつ・マーガリン・豚肉・玉葱・ニンニク・アスパラ・人参・コーン・サニーレタス・ミニトマト・ブロッコリー・ベーコン・かぼちゃ・パセリ・牛乳・わらび餅粉・きなこ・お茶
木	6/20	ピースごはん 春野菜のかき揚げ※ キャベツの生姜漬け ニラ玉みそ汁※	6日 牛乳※ 型抜きクッキー※ 20日 牛乳※ ぶどうクッキー※	米・グリーンピース・桜エビ・筍・玉葱・さつまいも・人参・菜の花・しらす・卵・薄力粉・キャベツ・きゅうり・生姜・昆布・ニラ・えのき・干し椎茸・マーガリン・牛乳・干しぶどう	13/27	玄米ごはん 鱈の西京焼き じゃが芋たらこ煮※ あさりのみそ汁	ラスク※ 牛乳※	玄米・鱈・じゃが芋・しめじ・たらこ・万能葱・マーガリン・玉葱・キャベツ・人参・えのき・油揚げ・あさり・食パン・はちみつ・牛乳
金	7/21	玄米ごはん 肉じゃが もやしの梅肉和え 具だくさんみそ汁	7日 牛乳※ おかゆドーナツ 21日 牛乳※ ホットケーキ※	玄米・豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・しめじ・絹さや・もやし・きゅうり・梅干し・かぶ・えのき・ほうれん草・油揚げ・MIX粉・卵・牛乳・マーガリン・メープルシロップ・おかゆ	14/28	筍ごはん 揚げだし豆腐 おかひじきのサラダ すまし汁	じゃがバター※ 牛乳※	米・昆布・鶏肉・筍・油揚げ・絹さや・豆腐・おかひじき・きゅうり・人参・コーン・長葱・干し椎茸・えのき・わかめ・麩・じゃが芋・マーガリン・牛乳
土	8/22	五目炒飯 中華スープ	お菓子※ 牛乳※	米・豚肉・生姜・ニンニク・長葱・筍・干し椎茸・人参・グリーンピース・ニラ・えのき・キャベツ・春雨・お菓子・牛乳	1/15	ナポリタン 白菜のスープ	お菓子※ 牛乳※	パスタ・玉葱・人参・ウインナー・ピーマン・白菜・ベーコン・えのき・ほうれん草・お菓子・牛乳

🍎 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー:551 kcal たんぱく質:19.9g 脂質:17.8g 塩分:1.4g



お誕生日を祝って



今月のデザート メロン  
今月のおやつ 苺ショートケーキ



～今月の郷土食～



のっぺい汁(新潟)  
五平餅(長野)  
わらび餅(奈良)

## 🍎 代替え食(アレルギー等)

代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。

献立名に※印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。  
今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・乳製品です。

🍎 玄米ごはんのメニューの日は、0・1歳児グループと一時保育は七分搗き米に替えて提供します。