



4月献立表



2018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	2 16	ごはん 麻婆豆腐 たたききゅうり ニラ玉スープ*	ホットケーキ* 牛乳*	米・豆腐・豚肉・玉葱・長葱・人参・ 干し椎茸・ニンニク・生姜・きゅうり・ニラ・ えのき・卵・MIX粉・牛乳・マーガリン・ メープルシロップ	9 23	ごはん 鶏の照り焼き 蒟のキンピラ 味噌けんちん汁	じゃがバター* 牛乳*	米・鶏肉・サダ菜・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・じゃが芋・マーガリン・牛乳
火	3 17	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)* 空豆のスープ	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・白菜・空豆・ ベーコン・えのき・かぶ・メロン・いちご・りんご・ バナナ・みかん缶・パン缶・桃缶・ ヨーグルト・お茶	10 24	筍ごはん 揚げ出し豆腐 おかひじきのサラダ あさりのみそ汁	ラスク* 牛乳*	米・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・ 玉葱・キャベツ・えのき・あさり・ じゃが芋・食パン・はちみつ・ マーガリン・牛乳
水	4 18	玄米ごはん カレイの煮付け 新ごぼうのキンピラ 北海道みそ汁	4日いちごのショートケーキ* 18日いちごのシフォンケーキ* 牛乳*	玄米・鰯・生姜・ごぼう・豚肉・人参・ 玉葱・じゃが芋・アスパラ・コーン・南瓜・ マーガリン・牛乳・薄力粉・卵・いちご・ 生クリーム・レモン	11 25	ピザ* スナップえんどうのサラダ コーンスープ*	ももゼリー お茶	強力粉・イースト・牛乳・マーガリン・豚肉・ 玉葱・ニンニク・トマト・チーズ・ スナップえんどう・人参・コーン・レタス・ 薄力粉・クリームコーン・パセリ・ アガー・ももジュース・お茶
木	5 19	食パン(はちみつマーガリン)* ポークケチャップ ポテトサラダ* 具だくさんスープ	五平餅 お茶	食パン・はちみつ・マーガリン・豚肉・玉葱・ ニンニク・じゃが芋・きゅうり・人参・ハム・ コーン・マヨネーズ・かぶ・ベーコン・キャベツ・ えのき・セリ・ほうれん草・米・ゴマ・お茶	12 26	麦ごはん 焼き鮭 五目ひじき のっぺい汁	豆腐ボール 牛乳*	米・押し麦・鮭・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・MIX粉・豆腐・牛乳
金	6 20	ピースごはん 春野菜のかき揚げ* キャベツとしらすの酢の物 すまし汁	6日型抜きクッキー* 20日紅茶クッキー* 牛乳*	米・グリーンピース・桜エビ・筍・玉葱・ さつま芋・人参・菜の花・しらす・卵・ 薄力粉・キャベツ・えのき・きゅうり・長葱・ 干し椎茸・わかめ・生麩・そうめん・ マーガリン・牛乳・紅茶	13 27	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	アスパラとベーコンのスパゲティ 牛乳*	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・さつま芋・ えのき・ほうれん草・油揚げ・パスタ・ ベーコン・エリンギ・アスパラ・牛乳
土	7 21	ナポリタン 白菜とベーコンのスープ	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	14 28	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

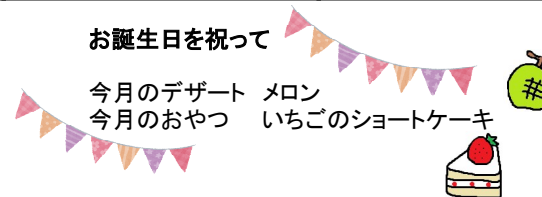
今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー: 557 kcal たんぱく質: 21.1 g 脂質: 18.4 g 塩分: 1.5g

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。

お誕生日を祝って

今月のデザート メロン
今月のおやつ いちごのショートケーキ



~今月の郷土食~

のっぺい汁(新潟)
五平餅(長野)

