

# 令和3年4月 献立表

# 愛隣こども園

日	曜	昼食	10時おやつ(乳児・低年齢児)	3時おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ひとこと	
7	水	三色丼・豚汁・バナナ		☆じゃが芋もち	鶏ひき肉 鶏卵 ぶたかた 油揚げ 木綿豆腐 みそ ぶたひき肉	ハぶづき米 もちむぎ てんさい糖 さといも じゃがいも 片栗粉 米ぬか油	しょうが ほうれんそう にんじん だいこん 青ねぎ バナナ たまねぎ 焼きのり	三色丼のそぼろにあご(飛魚)の粉節を入れてうま味とミネラルUP!	
8	木	もち麦入ごはん・肉じゃが・春雨サラダ・苺		ソファール元気ヨーグルト	牛ばら 鶏むね 豆乳 ヨーグルト	ハぶづき米 もちむぎ 米ぬか油 てんさい糖 じゃがいも 板こんにやく 緑豆はるさめ	にんじん たまねぎ さやいんげん きゅうり いちご	春雨サラダの味付けは手作り豆乳マヨネーズです	
9	金	もちきび入ごはん・鮭塩焼き・ほうれん草ごま和え・豆腐とじゃが芋のみそ汁・パイン缶		牛乳・せんべい	べにざけ 木綿豆腐 みそ 普通牛乳	ハぶづき米 もちきび かりんご まてんさい糖 じゃがいも せんべい	にんじん ほうれんそう はくさい 青ねぎ カットわかめ えのきたけ バインアップル缶詰	ほうれん草のごま和えにあごの粉節を入れます	
12	月	まるパン・ポトフ・菜種和え・苺	バナナ	☆肉みそおにぎり	鶏むね 鶏卵 豚ひき肉 みそ	まるパン(卵不使用) じゃがいも かりんご まてんさい糖 米ぬか油 ハぶづき米 もちむぎ	バナナ たまねぎ にんじん キャベツ さやいんげん ブロッコリー きゅうり いちご 焼きのり	旬のじゃが芋たっぷりポトフにはほくした鶏むね肉が入っています	
13	火	もち麦入ごはん・回鍋肉・マセドアンサラダ・バナナ	りんご	牛乳・せんべい	ぶたかた みそ 生揚げ 鶏むね プロセスチーズ 豆乳 普通牛乳	ハぶづき米 もちむぎ 米ぬか油 てんさい糖 じゃがいも せんべい	りんご にんじん キャベツ 青ピーマン ぶなしめじ きゅうり コーン粒 バナナ	マセドアンサラダには角切りチーズを入れてカルシウム強化、手作り豆乳マヨネーズで味付けをします	
14	水	もちきび入ごはん・白身魚フライ・小松菜のおかか和え・田舎スープ・りんご	☆ふかし芋	☆よもぎ豆腐団子	かわいい 鶏卵 削り節 鶏むね 木綿豆腐 きな粉	さつまいも ハぶづき米 もちきび 薄力粉 バン粉 米ぬか油 てんさい糖 じゃがいも 白玉粉	こまつな にんじん りょくとうもやし たまねぎ セロリー りんご よもぎ	新芽の今!よもぎたっぷり豆腐団子のおやつです	
15	木	お弁当の日		苺	ピーチヨーグルト	ヨーグルト	いちご	お家からの愛情たっぷりお弁当	
16	金	もち麦入ごはん・豆腐ハンバーグ・もやしサラダ・豆腐とじゃが芋のみそ汁・みかん缶	バナナ	ジョア(イチゴ)・せんべい	木綿豆腐 鶏卵 鶏ひき肉 鶏むね 豆乳 みそ ジョア	ハぶづき米 もちむぎ 片栗粉 米ぬか油 てんさい糖 じゃがいも せんべい	バナナ たまねぎ にんじん りょくとうもやし キャベツ コーン粒 きゅうり 青ねぎ カットわかめ えのきたけ みかん缶詰	豆腐ハンバーグにあご粉節を入れます	
19	月	肉うどん・ほうれん草とツナのごま和え・りんご	苺	☆カルシウムごはんおにぎり	牛もも まぐろ油漬 しらす干し プロセスチーズ かつお節	ゆでうどん てんさい糖 かりんご まてんさい糖 じゃがいも せんべい	いちご にんじん 青ねぎ 乾いたけ ほうれんそう キャベツ りんご こまつな	おやつは、じゃこ、チーズ、小松菜、かつお節の入った各前の通りのカルシウム満点おにぎりです	
20	火	もちきび入ごはん・鯖煮つけ・イタリアンサラダ・バナナ	りんご	ぶどうヨーグルト	さば みそ プロセスチーズ ヨーグルト	ハぶづき米 もちきび てんさい糖 米ぬか油	りんご しょうが キャベツ きゅうり にんじん コーン粒 バナナ	サラダの中の角切りチーズが良いアクセント。味付けは、ごめ油、天日塩、米酢で作った手作りドレッシングです	
21	水	誕生会 (お楽しみ献立・ケーキ)		バナナ	J7A7のむヨーグルト・せんべい	鶏もも 若鶏むね 鶏卵 豆乳 パルメザンチーズ のむヨーグルト	ハぶづき米 もちむぎ マカロニ 米ぬか油 てんさい糖 せんべい	バナナ しょうが にんじん きゅうり りょくとうもやし 乾いたけ セロリー りんご	スープは卵の中に、パルメザンチーズを加えふわふわスープの完成。セロリが入ってとてもおいしいスープです
22	木	もちきび入ごはん・炒り豆腐・和風サラダ・苺	☆ふかし芋	☆全粒粉おからクッキー	凍り豆腐 鶏ひき肉 まぐろ油漬 おから 豆乳	さつまいも ハぶづき米 もちきび 米ぬか油 てんさい糖 かりんご ライむぎ(全粒粉)	にんじん 乾いたけ たまねぎ だいこん きゅうり カットわかめ いちご	和風サラダにツナが入ることによってうま味倍増。ドレッシングはごめ油、天日塩、てんさい糖、米酢で作ります	
23	金	もち麦入ごはん・揚げじゃがのそぼろ煮・三色ごま酢和え・バナナ	りんご	牛乳・せんべい	ぶたひき肉 油揚げ 普通牛乳	ハぶづき米 もちむぎ じゃがいも 米ぬか油 てんさい糖 片栗粉 かりんご まてんさい糖	りんご さやいんげん にんじん きゅうり だいこん バナナ	揚げじゃがのそぼろ煮はじゃが芋を一度蒸揚げします。このひと手間でおいしく仕上がります	
26	月	もちきび入ごはん・白菜肉団子スープ・粉ふき芋のじゃこがらめ・苺	りんご	☆キャベツツナサンド	ぶたひき肉 鶏卵 しらす干し まぐろ油漬 豆乳	ハぶづき米 もちきび はるさめ 片栗粉 じゃがいも てんさい糖 米ぬか油 食パン(卵不使用)	りんご たまねぎ はくさい にんじん ほうれんそう 乾いたけ 青ねぎ いちご キャベツ	トップを争う人気メニューのひとつ。肉団子にあご粉節を入れます	
27	火	もち麦入ごはん・ひじき豆煮・スパゲッティサラダ・バナナ	苺	ジョア(プレーン) せんべい	大豆水煮 鶏もも 油揚げ 若鶏むね 鶏卵 豆乳 ジョア	ハぶづき米 もちむぎ 米ぬか油 てんさい糖 スパゲティ せんべい	いちご にんじん 乾いたけ 乾ひじき きゅうり バナナ	スパゲティサラダには蒸してほくした鶏むね肉を使います。豆乳マヨネーズの味付けです	
28	水	ビーフカレー・きゅうりとジャコの酢の物・ゆで卵・パイン缶	バナナ	りんごヨーグルト	牛もも しらす干し ゆで卵 ヨーグルト	ハぶづき米 じゃがいも 米ぬか油 もちむぎ てんさい糖	バナナ たまねぎ にんじん キャベツ カットわかめ きゅうり バインアップル缶詰	ルーから手作りのカレーです	
30	金	もちきび入ごはん・鱈の照り焼き・小松菜のおかか和え・豆腐とじゃが芋のみそ汁・りんご	☆ふかし芋	牛乳・せんべい	さわら 削り節 木綿豆腐 みそ 普通牛乳	さつまいも ハぶづき米 もちきび てんさい糖 じゃがいも せんべい	こまつな にんじん りょくとうもやし 青ねぎ カットわかめ えのきたけ りんご	おかか和えにあご粉節を入れます	

## ☆☆ ご入園・ご進級おめでとうございます ☆☆

- ・ 新入園児は7日(水)、8日(木)、9日(金)は慣らし保育(半日保育)ですが、給食がありますので、準備をお願いいたします。 ※ 継続児は通常通りです。
- ・ おやつ欄の☆印は手作りおやつです。
- ・ 誕生会の日には昼食にケーキ(手作り)がつきます。【年少・年中・年長】  
【乳児、低年齢児】は昼食時にはフルーツ、3時のおやつがケーキ(手作り)になります。
- ・ 献立は材料の都合等で変更する場合があります。ご了承ください。
- ・ 乳児おやつについて、食べにくいものは月齢に応じて別のものを提供させていただきます。
- ・ 献立表にスプーン印のある日はお箸とスプーンを持たせてください。

4月 誕生会お楽しみ献立(予定)

- ・ もち麦入ごはん
- ・ デザート
- ・ 照り焼きチキン
- (年長～年少 手作りケーキ)
- ・ マカロニサラダ
- (低年齢児～乳児 りんご)
- ・ 卵ふわふわスープ

☆☆ 分からないことがありましたら、職員までお尋ねください。 ☆☆