

2019年04月



献立予定表



愛信保育園

日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 月	ピピンバ わかめスープ	牛乳 手作りマヨチーズトースト	米、食パン、マヨネーズ(卵なし)、ごま油	牛乳、豚ひき肉、粉チーズ、ごま	もやし、たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、あおのり
2 火	ごはん 肉じゃが ちりめんピーマン炒め 石狩汁 でこぼん にゅうえんしき	牛乳 こさりのクッキークリームパン	米、じゃがいも、さといも、パン、こんにゃく、油、ごま油	牛乳、さけ、豆みそ、ウインナー、しらす干し、ごま	でこぼん、だいごん、にんじん、たまねぎ、ピーマン、ごぼう、スナップえんどう、白ねぎ
3 水	ごはん アジフライ チャップチェ コンソメスープ	牛乳 ミニカップゼリー おかし	米、はるさめ、なたね油、ごま油	牛乳、牛肉、凍り豆腐	おおさかしろな、にんじん、ピーマン、えのきたけ、ごぼう、干しいたけ
4 木	ごはん ポークビーンズ ひじきとれんこんのきんぴら 味噌汁	牛乳 手作りカルピス蒸しパン	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、油、ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、だいず、ウインナー、カルピス、豆みそ、油揚げ、ごま	でこぼん、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、れんこん、いんげん、ひじき
5 金	チキンカレー サラダ	牛乳 あげぱん	米、パン、じゃがいも、三温糖、はるさめ、ごま油、押麦	牛乳、鶏肉、ツナ水煮缶、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、いんげん、ブロッコリー
6 土	親子丼 スタミナスープ いちご	牛乳 おかし	米、こんにゃく	牛乳、卵、鶏肉、牛肉、焼き豆腐、凍り豆腐	たまねぎ、いちご、にんじん、だいごん、白ねぎ、ねぎ、干しいたけ、焼きのり、カットわかめ
7 日	*****				
8 月	中華どんぶり 豆腐スープ	牛乳 ぶたまん	米、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚肉	はくさい、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にら、干しいたけ
9 火	ごはん ぶりの照り焼き 青菜とれんこんのごまあえ 味噌汁	牛乳 手作りココアケーキ	米、米粉、砂糖、なたね油、コーンスターチ、油	牛乳、豆乳、ぶり、木綿豆腐、ツナ水煮缶、豆みそ、油揚げ、ごま	いちご、こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、れんこん、ねぎ、しょうが
10 水	きつねご飯 トックスープ	牛乳 ドーナツ	もち、米、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、卵、油揚げ、ごま	にんじん、ねぎ、焼きのり、干しいたけ
11 木	ごはん ししゃものから揚げ ひじきの五目煮 カレーチャウダー	手作りヨーグルト おかし	米、じゃがいも、油、片栗粉、こんにゃく、ごま油	ヨーグルト(加糖)、ししゃも、ツナ油漬缶、ちくわ	でこぼん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン缶、えだまめ、ひじき
12 金	玄米入りごはん 鶏肉のごま味噌焼 ごぼうときゅうりのサラダ のっぺい汁	牛乳 チーズブリッツ	米、小麦粉、さといも、ごま油、発芽玄米、マヨネーズ(卵なし)、三温糖、片栗粉、砂糖、なたね油	牛乳、鶏もも肉、鶏肉、チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶、油揚げ、ごま	ごぼう、にんじん、きゅうり、さやえんどう、白ねぎ、コーン缶
13 土	ひじきごはん さつまいも汁 いちご カミカミ 献立	牛乳 こさりの クリームパン	米、パン、さつまいも、こんにゃく、ごま油	牛乳、豚肉、鶏肉、焼き豆腐、豆みそ、油揚げ	いちご、にんじん、ピーマン、ねぎ、ひじき、ごぼう
14 日	*****				
15 月	ごはん コロケ 春雨サラダ 春野菜のクリームシチュー	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、米、なたね油、油、三温糖、はるさめ、ごま油	牛乳、鶏ひき肉、ツナ水煮缶、脱脂粉乳	たまねぎ、かぶ、コーン缶、トマト、キャベツ、かぶ、葉、ブロッコリー、カットわかめ
16 火	たけのこ御飯 ポパイミートローフ アスパラサラダ コンソメスープ おたんじょう会	牛乳 手作りいちご ヨーグルト ムース	米、パン粉 マヨネーズ (卵なし) 砂糖、焼ふ	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、生クリーム、牛ひき肉、油揚げ、ツナ水煮缶、ゼラチン	でこぼん、たまねぎ、はくさい、にんじん、グリーンアスパラガス、キャベツ、ほうれんそう、トマト、もやし、いちごジャム、ゆでたけのこ、ねぎ、コーン缶、みつば、干しいたけ、レモン果汁

日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17 水	ごはん マカロニグラタン ちりめんニラ炒め ポルンチ	牛乳 手作り豆腐団子	米、白玉粉、じゃがいも、マカロニ、砂糖、ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、鶏肉、ウインナー、チーズ、しらす干し、脱脂粉乳、きな粉、ごま	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にら、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、いんげん
18 木	ごはん 赤魚のからあげ 五目豆 味噌汁 いちご	牛乳 手作り スイートポテト	さつまいも、米、こんにゃく、砂糖、油、から揚げ粉	牛乳、だいず、豆みそ、バター、ちくわ、脱脂粉乳、油揚げ、さけ	いちご、にんじん、ピーマン、ごぼう、切り干しだいごん、ねぎ、カットわかめ
19 金	ハヤシライス サラダ	牛乳 こさりの黒糖スティックパン	米、パン、じゃがいも、三温糖、スパゲティ、ごま油、押麦	牛乳、牛肉、ツナ水煮缶	たまねぎ、にんじん、サニーレタス、トマト、きゅうり、ブロッコリー
20 土	ブルコギ丼 ビーフンスープ でこぼん	牛乳 おかし	米、油、ビーフン、砂糖	牛乳、牛肉、ウインナー、豆みそ、ごま	でこぼん、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、にら、赤ピーマン、切り干しだいごん、干しいたけ
21 日	*****				
22 月	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい けんちん汁	牛乳 こさりのチーズスティックパン	米、パン、さといも、ごま油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、ちくわ、豚ひき肉	にんじん、だいごん、たまねぎ、にら、ねぎ、ゆでたけのこ、ごぼう、干しいたけ
23 火	ごはん スペイン風オムレツ ひじきマリネ ポターージュ いちご	牛乳 手作り豆腐みたらし団子	米、白玉粉、じゃがいも、砂糖、三温糖、ごま油、片栗粉	牛乳、卵、絹ごし豆腐、ツナ水煮缶、ウインナー、脱脂粉乳	いちご、だいごん、クリームコーン缶、かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、ひじき
24 水	ごはん 焼魚 コロコロポテトサラダ 味噌汁	牛乳 手作りきな粉ケーキ	米、じゃがいも、小麦粉、こんにゃく、マヨネーズ(卵なし)、砂糖、なたね油、米粉	牛乳、さわら、バター、豆みそ、ウインナー、きな粉、油揚げ	だいごん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、カットわかめ
25 木	ごはん チヂミ ちりめん酢の物 コンソメスープ いちご	牛乳 チーズ蒸しパン	米、小麦粉、上新粉、はるさめ、ごま油、砂糖	牛乳、卵、むきえび、しらす干し	いちご、みかん缶、きゅうり、にんじん、たまねぎ、キャベツ、にら、もやし、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ
26 金	ごはん 鶏のから揚げ ブロッコリーのおかか和え 大豆のトマトスープ	手作りヨーグルト 干しいも	米、蒸し切干しいも、から揚げ粉、なたね油、片栗粉、ごま油	ヨーグルト(加糖)、鶏肉、豚ひき肉、だいず、かつお節	ホールトマト缶詰、もやし、たまねぎ、ブロッコリー、コーン缶、さやえんどう
27 土	ツナクリームスパゲティー いちご	牛乳 こさりのあんぱん	スパゲティ、パン	牛乳、ツナ油漬缶、脱脂粉乳	たまねぎ、いちご、マッシュルーム、かぼちゃ、にんじん、いんげん
28 日	*****				
29 月	休園です				
30 火	任意保育日(お弁当を持参してください)				

※食材は記載と変更になる場合があります。

※玄関の給食サンプルのところに、食に関するご意見ノートをおいています

※何でもお気軽に声をおかけください。

