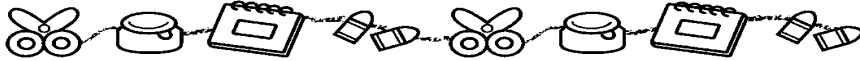


# 4月の献立表



平成29年4月発行  
みなと保育園



## ご入園・ご進級おめでとございます。

今年度も子どもたちのために、旬の食材を使い、地産地消に心がけ、うす味でおいしい給食やおやつ作りをしていきますので、どうぞよろしくお願ひ致します。

毎日献立のサンプルを展示していますので、降園の際には是非ご覧になってください。



|                |
|----------------|
| 1日(土)          |
| 牛飯             |
| [米、牛肉、人参、ごぼう]  |
| しめじ、醤油、砂糖、酒    |
| えのきのすまし汁       |
| [えのき、きゃべつ、油揚げ] |
| いりこ、醤油、塩       |
| 菓子 牛乳          |

|     | 3日(月)                                                                                                                                                                                                    | 4日(火)                                                                                                                                                                                                                     | 5日(水) 音楽指導                                                                                                                                                                                                                          | 6日(木)                                                                                                                                                                                                                                          | 7日(金)                                                                                                                                                                                                                                 | 8日(土)                                                                                                                                               |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | <b>ご飯</b><br><b>肉じゃが</b><br>[牛肉、油、じゃが芋、玉葱、人参、こんにゃく、砂糖、グリーンピース、酒、醤油]<br><b>小松菜のコーンとえ</b><br>[小松菜、白菜、コーン、醤油]<br><b>なめこの味噌汁</b><br>[なめこ、玉葱、人参、葱、わかめ、いりこ、味噌]<br><b>よもぎ団子</b><br>[白玉粉、よもぎ、きな粉、砂糖、塩]           | <b>わかめご飯</b><br>[米、押し麦、わかめふりかけ]<br><b>ちゃんぽん</b><br>[中華麺、玉葱、人参、豚肉、かまぼこ、イカ、きゃべつ、もやし、生姜、にんにく、葱、塩、鶏がらだし、醤油、こしょう、いりこ]<br><b>ブロッコリーのごま和え</b><br>[ブロッコリー、人参、竹輪、ごま、醤油]                                                            | <b>プリ丼</b><br>[米、プリ、にんにく、生姜、片栗粉、油、砂糖、醤油、酒、みりん、ほうれん草]<br><b>切干し大根のナムル</b><br>[切干し大根、人参、ごま油、きゅうり、ハム、ごま、醤油、砂糖、酢]<br><b>油揚げの味噌汁</b><br>[油揚げ、玉葱、人参、しめじ、葱、いりこ、味噌]<br><b>バナナ</b><br><b>牛乳寒</b>                                             | <b>ご飯</b><br><b>豆腐のあんかけ</b><br>[豆腐、牛肉、油、生姜、砂糖、醤油、みりん、片栗粉]<br><b>ほうれん草</b><br><b>海草サラダ</b><br>[ブロッコリー、エビ、人参、イカ、海草ミックス、ごま油、酢、砂糖、醤油]<br><b>そうめん汁</b><br>[そうめん、玉葱、干し椎茸、しめじ、いりこ、葱、塩、醤油]<br><b>ミキサーパン</b><br>[小麦粉、B.P、牛乳、塩、卵、油、トマト、ウインナー、玉葱、パセリ、チーズ] | <b>ご飯</b><br><b>サケの塩焼き</b><br>[サケ、塩、ブロッコリー]<br><b>ポテトサラダ</b><br>[じゃが芋、きゅうり、ウインナー、チーズ、コーン、人参、マヨネーズ、塩]<br><b>きゃべつの味噌汁</b><br>[玉葱、きゃべつ、油揚げ、椎茸、人参、いりこ、味噌]<br><b>ヨーグルト和え</b><br>[ヨーグルト、みかん、バナナ、黄桃、白桃]<br><b>クラッカー</b>                      | <b>ひじきご飯</b><br>[米、ひじき、ごぼう]<br>干し椎茸、しらす干し<br><b>鶏肉、油揚げ、薄口醤油</b><br><b>じゃが芋の味噌汁</b><br>[じゃが芋、人参、玉葱、しめじ、葱、いりこ、味噌]<br><b>バナナ</b><br><b>菓子 牛乳</b>       |
| おやつ | 牛乳                                                                                                                                                                                                       | 牛乳                                                                                                                                                                                                                        | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                  | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                             | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                    | 牛乳                                                                                                                                                  |
|     | 10日(月)                                                                                                                                                                                                   | 11日(火)                                                                                                                                                                                                                    | 12日(水)                                                                                                                                                                                                                              | 13日(木)                                                                                                                                                                                                                                         | 14日(金)                                                                                                                                                                                                                                | 15日(土)                                                                                                                                              |
|     | <b>けんちんうどん</b><br>[うどん、鶏肉、玉葱、人参、ごぼう、油揚げ、葱、いりこ、醤油、塩]<br><b>三色和え</b><br>[ほうれん草、あさり、白菜、きゃべつ、醤油]<br><b>南瓜のそぼろ煮</b><br>[豚ミンチ、南瓜、醤油、グリーンピース、砂糖]<br><b>りんご</b><br><b>塩うべおにぎり</b><br>[米、塩昆布]                     | <b>子キンカレー</b><br>[米、押し麦、鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、しめじ、油、カレー粉、醤油、にんにく]<br><b>菜果サラダ</b><br>[きゃべつ、人参、きゅうり、レーズン、パイン、酢、砂糖、塩]<br><b>コンソメスープ</b><br>[大根、しめじ、人参、塩、ブロッコリー、コンソメ]<br><b>あんこパイ</b><br>[パイ生地、あんこ]                                  | <b>ご飯</b><br><b>ハンバーグ</b><br>[合ミンチ、玉葱、卵、スキムミルク、パン粉、ケチャップ、きゃべつ]<br><b>切干し大根の含め煮</b><br>[切干し大根、人参、醤油、干し椎茸、さつま揚げ、砂糖]<br><b>春雨のスープ</b><br>[春雨、玉葱、人参、えのき、わかめ、いりこ、醤油、塩]<br><b>野菜チップス</b><br>[さつま芋、ごぼう、片栗粉、醤油、油、塩、みりん]                     | <b>ご飯</b><br><b>サケのソテー彩り野菜</b><br>[サケ、塩、小麦粉、バター、人参、ピーマン、玉葱、コーン、油、こしょう]<br><b>きゅうりの酢の物</b><br>[きゅうり、人参、白菜、酢、塩、砂糖]<br><b>大根の味噌汁</b><br>[大根、人参、お豆腐、しめじ、わかめ、いりこ、味噌]<br><b>バナナケーキ</b><br>[ミックス粉、ヨーグルト、卵、バナナ、マーガリン、牛乳、レモン、マーマレード]                    | <b>ご飯</b><br><b>厚揚げと春雨の煮物</b><br>[豚肉、厚揚げ、干し椎茸、にんにく、人参、春雨、ニラ、玉葱、生姜、みりん、砂糖、鶏がらだし、醤油、酒]<br><b>ポパイサラダ</b><br>[ほうれん草、人参、ハム、醤油、ごま]<br><b>きのこの味噌汁</b><br>[玉葱、えのき、椎茸、人参、葱、いりこ、味噌]<br><b>オレンジ</b><br><b>ホットドック</b><br>[ロールパン、ウインナー、きゃべつ、ケチャップ] | <b>カルシウムご飯</b><br>[米、桜エビ、しらす干し、かつお節、わかめ、ごま、醤油、ごま油、砂糖、酒]<br><b>もやしの味噌汁</b><br>[もやし、人参、しめじ、油揚げ、葱、いりこ、味噌]<br><b>バナナ</b><br><b>菓子 牛乳</b>                |
| おやつ | 牛乳                                                                                                                                                                                                       | 牛乳                                                                                                                                                                                                                        | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                  | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                             | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                    | 牛乳                                                                                                                                                  |
|     | 17日(月)                                                                                                                                                                                                   | 18日(火)                                                                                                                                                                                                                    | 19日(水)                                                                                                                                                                                                                              | 20日(木) 誕生日会                                                                                                                                                                                                                                    | 21日(金)                                                                                                                                                                                                                                | 22日(土)                                                                                                                                              |
|     | <b>中華丼</b><br>[米、豚肉、イカ、白菜、筍、玉葱、人参、干し椎茸、ピーマン、生姜、にんにく、ごま油、コンソメ、醤油、塩、片栗粉]<br><b>即席漬け</b><br>[きゃべつ、人参、きゅうり、醤油、塩]<br><b>えのきの味噌汁</b><br>[えのき、白菜、油揚げ、わかめ、いりこ、味噌]<br><b>ツチコンニャク</b><br>[食パン、コーン、ツナ、玉葱、マヨネーズ、チーズ] | <b>ロールパン</b><br><b>春きゃべつのスパゲティ</b><br>[スパゲティ、ベーコン、きゃべつ、人参、アスパラ、玉葱、しめじ、アサリ、塩、バター、こしょう、醤油]<br><b>ごぼうサラダ</b><br>[ごぼう、きゅうり、人参、コーン、ハム、マヨネーズ、ごま、醤油]<br><b>コンソメスープ</b><br>[白菜、えのき、コーン、小松菜、コンソメ、塩]<br><b>梅おにぎり</b><br>[米、梅干し、押し麦] | <b>ご飯</b><br><b>サバの甘酢あんかけ</b><br>[サバ、にんにく、片栗粉、醤油、玉葱、人参、ピーマン、酢、砂糖、ケチャップ]<br><b>きゃべつのゆかり和え</b><br>[きゃべつ、きゅうり、人参、ゆかり粉、醤油]<br><b>中華スープ</b><br>[玉葱、人参、コーン、白菜、鶏がらだし、いりこ、醤油、塩]<br><b>オレンジ</b><br><b>マカロニと豆腐</b><br>[スパゲティ、きな粉、砂糖、塩、黒砂糖]    | <b>ご飯</b><br><b>肉豆腐</b><br>[豆腐、牛肉、油、砂糖、人参、しめじ、大根、いんげん、しらたき、醤油]<br><b>ほうれん草の小魚和え</b><br>[ほうれん草、人参、しらす干し、醤油]<br><b>南瓜の味噌汁</b><br>[南瓜、油揚げ、チンゲン菜、玉葱、いりこ、味噌]<br><b>ロールケーキ</b><br>[小麦粉、卵、グラニュー糖、生クリーム]                                               | <b>ご飯</b><br><b>鶏肉のさっぱり煮</b><br>[鶏肉、砂糖、酒、酢、醤油、人参、しめじ、きゃべつ]<br><b>ツナ和え</b><br>[ブロッコリー、人参、ツナ、コーン、マヨネーズ]<br><b>かき卵汁</b><br>[卵、玉葱、葱、しめじ、いりこ、醤油、塩]<br><b>りんご</b><br><b>ドーナツ</b><br>[小麦粉、バター、卵、油、B.P、砂糖]                                    | <b>エビピラフ</b><br>[米、エビ、ベーコン、玉葱、人参、ピーマン、コーン、生姜、にんにく、きゃべつ、バター、コンソメ、塩、こしょう]<br><b>ふのすまし汁</b><br>[お豆腐、玉葱、えのき、わかめ、いりこ、塩、醤油]<br><b>バナナ</b><br><b>菓子 牛乳</b> |
| おやつ | 牛乳                                                                                                                                                                                                       | 牛乳                                                                                                                                                                                                                        | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                  | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                             | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                    | 牛乳                                                                                                                                                  |
|     | 24日(月)                                                                                                                                                                                                   | 25日(火)                                                                                                                                                                                                                    | 26日(水)                                                                                                                                                                                                                              | 27日(木)                                                                                                                                                                                                                                         | 28日(金)                                                                                                                                                                                                                                | 29日(土)                                                                                                                                              |
|     | <b>ご飯</b><br><b>豆腐のおやき</b><br>[豆腐、大豆、ツナ、葱、パン粉、卵、スキムミルク、ケチャップ、トマト]<br><b>塩昆布和え</b><br>[小松菜、きゃべつ、人参、塩昆布、醤油]<br><b>田舎スープ</b><br>[鶏肉、にんにく、玉葱、白菜、人参、じゃが芋、葱、油、鶏がらだし、醤油、塩]<br><b>ジャムサンド</b><br>[食パン、いちごジャム]     | <b>ご飯</b><br><b>カレーの若草焼き</b><br>[カレー、マヨネーズ、抹茶、ブロッコリー]<br><b>ひじきの華風和え</b><br>[ひじき、きゅうり、もやし、ハム、コーン、醤油、酢、砂糖、塩、ごま油]<br><b>ポトフ</b><br>[南瓜、人参、玉葱、しめじ、なす、鶏がらだし、塩、こしょう、醤油]<br><b>りんご</b><br><b>牛乳もち</b>                           | <b>ご飯</b><br><b>タンドリーチキン</b><br>[鶏肉、玉葱、ヨーグルト、にんにく、カレー粉、塩、醤油、ブロッコリー]<br><b>スパゲティサラダ</b><br>[スパゲティ、ウインナー、きゅうり、人参、チーズ、オリーブ油、塩]<br><b>チンゲン菜のすまし汁</b><br>[玉葱、人参、チンゲン菜、油揚げ、豆腐、わかめ、いりこ、塩、醤油]<br><b>バナナ</b><br><b>フライドポテト</b><br>[じゃが芋、油、塩] | <b>ご飯</b><br><b>アジの天ぷら</b><br>[アジ、梅干し、生姜、しそ、天ぷら粉、油、酒、トマト]<br><b>納豆和え</b><br>[ほうれん草、人参、納豆、きゃべつ、のり、醤油]<br><b>玉葱の味噌汁</b><br>[玉葱、じゃが芋、厚揚げ、わかめ、いりこ、味噌]<br><b>ピーチケーキ</b><br>[白桃、寒天、砂糖]                                                               | <b>焼きそば</b><br>[中華麺、豚肉、にんにく、きゃべつ、玉葱、ピーマン、人参、油、塩、青のり、ソース、ケチャップ、こしょう]<br><b>さつま芋のごまサラダ</b><br>[さつま芋、いんげん、人参、ごま、砂糖、塩、醤油]<br><b>えのきのすまし汁</b><br>[えのき、大根、玉葱、油揚げ、いりこ、醤油、塩]<br><b>ホットケーキ</b><br>[ミックス粉、卵、牛乳]                                 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">昭和の日</div>                                                                  |
| おやつ | 牛乳                                                                                                                                                                                                       | 牛乳                                                                                                                                                                                                                        | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                  | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                             | 牛乳                                                                                                                                                                                                                                    | 牛乳                                                                                                                                                  |

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。 ★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。