

2022年度 4月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (金)	ごはん	米	牛乳 市販菓子 チーズ	18日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 ホットドッグ (ロールパン、ウインナー、 キャベツ、ケチャップ)
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒			鯖(乳児は鯖)、しょうが、米みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、酒		
	キャベツのサラダ	キャベツ、はくさい、にんじん、もやし、しらす干し、酢、砂糖、塩、油			はくさい、ほうれん草、にんじん、しらす干し、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、塩		
	みそ汁 ゼリー	絹ごし豆腐、うすあげ、わかめ、えのき、かつお昆布だし、米みそ ゼリー			絹ごし豆腐、しいたけ、たまねぎ、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー		
2日 (土)	ツナチャーハン	米、ツナ缶、コーン缶、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、塩、ごま油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	19日 (火)	ごはん	米	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)
	もやしの酢の物	もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油			鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、じゃがいも、しょうゆ、砂糖、みりん	
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			わかめときゅうりの酢の物	わかめ、きゅうり、もやし、しらす干し、酢、砂糖、塩、油	
4日 (月)	ピピン丼	米、豚ひき肉、しょうが、しょうゆ、砂糖、米みそ、にんじん、もやし、ごま油、塩、油	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ、砂糖)	20日 (水)	カレーライス	米、牛もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しめじ、りんご、カレールウ、油	牛乳 ツナロール (ロールパン、ツナ缶、 きゅうり、マヨネーズ)
	キャベツのごま和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、砂糖、塩、油			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁 ゼリー	絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、わかめ、えのき、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ ゼリー			チーズ	チーズ	
					ゼリー	ゼリー	
5日 (火)	ごはん	米	牛乳 やきいも (さつまいも)	21日 (木)	肉うどん	うどん、豚もも肉、葉ねぎ、かまぼこ、しょうが、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、塩	牛乳 マシュマロクラッカー (マシュマロ、クラッカー)
	鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖			はくさいのごま酢和え	はくさい、キャベツ、にんじん、きゅうり、うすあげ、白ごま、酢、砂糖、塩	
	白和え	木綿豆腐、ほうれん草、糸こんにゃく、にんじん、白ごま、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん			いりこ	いりこ	
	すまし汁 ゼリー	えのき、たまねぎ、キャベツ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー			ゼリー	ゼリー	
6日 (水)	ごはん	米	牛乳 マシュマロコーンフレーク (コーンフレーク、 マシュマロ、バター)	22日 (金)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒	牛乳 フルーツ盛り合わせ (りんご、みかん、バナナ)
	厚揚げの炒めもの	厚揚げ、豚ミンチ、チンゲンサイ、にんじん、長ねぎ、しめじ、ウスターソース、砂糖、しょうゆ、ごま油			ほうれん草の和え物	ほうれん草、ごまつな、ひじき、にんじん、しょうゆ、砂糖	
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、えのき、にんじん、納豆、しょうゆ			みそ汁	絹ごし豆腐、はくさい、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	みそ汁 ゼリー	たまねぎ、はくさい、うすあげ、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー			ゼリー	ゼリー	
7日 (木)	しょうゆラーメン	中華麺、鶏ひき肉、コーン缶、わかめ、葉ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、ごま油、塩	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	23日 (土)	焼き鶏丼	米、鶏もも肉、たまねぎ、白ねぎ、白ごま、しょうゆ、砂糖、酒、みりん	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
	野菜炒め	キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、ウインナー、しょうゆ、塩、油			キャベツの和え物	キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	
	いりこ	いりこ			みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	ゼリー	ゼリー					
8日 (金)	ごはん	米	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 粉チーズ、マヨネーズ、 青のり)	25日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 お麩のラスク (焼き鮭、バター、砂糖)
	ちくわの照り焼き/じゃがいもの照り焼き	ちくわ、てんぷら粉、青のり、塩、じゃがいも			鯖の塩焼き	鯖、塩	
	ひじきのサラダ	ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、ツナ缶、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ			キャベツのおかか和え	キャベツ、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつおぶし	
	みそ汁 ゼリー	木綿豆腐、たまねぎ、えのき、ごまつな、だいこん、かつお昆布だし、米みそ ゼリー			バナナ	バナナ	
9日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	26日 (火) 誕生日会	ごはん/ふりかけ	米、ゆかり、白ごま	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、卵、砂糖、牛乳、 油、生クリーム、いちご、 みかん缶)
	きゅうりのごま和え	きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油			鶏肉のから揚げ	鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油	
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			コロコロサラダ	じゃがいも、さつまいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ	
					野菜スープ	キャベツ、たまねぎ、ベーコン、エリンギ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	
11日 (月)	牛丼	米、牛もも肉、たまねぎ、糸こんにゃく、かつお昆布だし、砂糖、しょうゆ、酒、みりん	牛乳 菓子パン	27日 (水)	三色丼	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ごま油、塩	牛乳 大学芋 (さつまいも、砂糖、しょうゆ、 みりん、酢)
	きゅうりとキャベツの酢の物	きゅうり、キャベツ、もやし、酢、砂糖、塩、油			キャベツの和え物	キャベツ、はくさい、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁 ゼリー	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ ゼリー			すまし汁	木綿豆腐、えのき、たまねぎ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
					ゼリー	ゼリー	
12日 (火)	ごはん	米	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、 みかん缶、もも缶)	28日 (木)	ミートスパゲティ	スパゲティ、合挽きミンチ、にんじん、たまねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ	牛乳 手作りジャムトースト (食パン、いちご、砂糖)
	鮭のから揚げ	鮭、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油			ポトフ	キャベツ、じゃがいも、エリンギ、ベーコン、かつお昆布だし、しょうゆ、コンソメ、塩	
	切り干し大根のサラダ	切り干し大根、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、塩、油			温野菜	ブロッコリー	
	すまし汁 ゼリー	キャベツ、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー			ゼリー	ゼリー	
13日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	29日 (金) 昭和の日			
	豚肉と香キャベツの味噌炒め	豚もも肉、香キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、塩、油					
	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー、にんじん、コーン缶、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油					
	すまし汁 ゼリー	絹ごし豆腐、はくさい、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー					
14日 (木)	きつねうどん	うどん、うすあげ、わかめ、かまぼこ、葉ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩	牛乳 コロコロラスク (食パン、バター、砂糖)	30日 (土)	焼うどん	うどん、豚もも肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、青のり、かつおぶし、油	牛乳 市販菓子 バナナ
	ほうれん草の甘酢和え	ほうれん草、ごまつな、もやし、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、塩			もやしの酢の物	もやし、きゅうり、酢、砂糖、塩、油	
	煮豆	金時豆、砂糖			和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
	バナナ	バナナ					
15日 (金)	ごはん	米	牛乳 市販菓子				
	肉じゃが	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、砂糖、みりん					
	チンゲンサイのごま和え	チンゲンサイ、きゅうり、もやし、しらす干し、白ごま、しょうゆ、砂糖、酢、ごま油					
	みそ汁 ゼリー	えのき、木綿豆腐、わかめ、焼き鮭、かつお昆布だし、米みそ ゼリー					
ひかり・だいち 遠足 お弁当のご用意をお願いします。							
16日 (土)	チャーハン	米、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ				
	きゅうりの和え物	きゅうり、酢、砂糖、塩、油					
	みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかし・芋けんぴを日替わりで使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※かえで保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

おりようりの部屋：廣田・信田より