

献立予定表 4月上旬

今月の目標 : 元気よくいただきます、ごちそうさまのあいさつをしましょう

2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			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	9時おやつ	3時おやつ
1 土	ごはん かまぼこ	白菜クリーム煮 もずくの酢の物 大根煮物、焼き豚 パイン缶、麦茶	ごま油	焼き豚、ベーコン 脱脂粉乳、かにふぶき	白菜、大根、パイン缶 きゅうり、玉葱、もずく 人参、コーン缶	麦茶 クラッカー	牛乳 ウエハース
2 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
3 月	ごはん かぼちゃ 甘煮	豚肉のしょうが焼き ブロッコリー卵サラダ かにかまチーズ 味噌汁、黄桃缶	マヨネーズ、油、砂糖	豚肩ロース 絹ごし豆腐 卵、かにかまぼこ 白みそ	黄桃缶、もやし ブロッコリー、玉葱 なめこ、人参、ピーマン	麦茶 クッキー	コーラス せんべい
4 火	おにぎり 	豆腐ハンバーグ、枝豆 大根サラダ、ミニトマト スープ、さんま缶	パン粉、マヨネーズ 油、ごま油、春雨	豚ひき肉、木綿豆腐 ツナ缶	大根、ミニトマト、玉葱 人参、しめじ、きゅうり えだまめ	麦茶 ビスケット	牛乳 クラッカー
5 水	ごはん ミートボール	チキンカレー フレンチサラダ、麦茶 うずら卵煮物 ところてん、パイン缶	じゃが芋 フレンチドレッシング	うずら卵水煮缶 鶏ひき肉、脱脂粉乳	ところてん、キャベツ パイン缶、玉葱、人参 きゅうり、コーン缶 グリーンピース	麦茶 クラッカー	牛乳 揚げ菓子
6 木	ごはん 里芋煮物	クリームコロッケ マカロニサラダ ウインナー、スープ 黄桃缶、ふりかけ	マヨネーズ	皮なしウインナー 魚肉ソーセージ	洋梨缶、玉葱、小松菜 レタス、きゅうり	スポロン クッキー	ゼリー ウエハース
7 金	ごはん いんげん 煮物	さばの味噌煮、洋梨缶 チキンナゲット、のり佃煮 切干し大根煮物 すまし汁	油	さば切り身(骨なし) チキンナゲット さつま揚げ、白みそ	黄桃缶、のり佃煮 えのきたけ 切干し大根、人参 しいたけ、万能葱	麦茶 ビスケット	マミー せんべい
8 土	ごはん 鮭缶	鶏肉の野菜あんかけ スイートポテトフライ ソーセージソテー 味噌汁 ミニゼリー	片栗粉、油	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ 白みそ	玉葱、人参、赤ピーマン ピーマン、万能葱 ふのり(素干)	麦茶 クラッカー	牛乳 揚げ菓子
9 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
10 月	ごはん ミニトマト	生揚げ豚挽肉味噌炒め キャベツツナ和え かまぼこ、スープ パイン缶、納豆	春雨、ごま油	絹生揚げ、豚ひき肉 かまぼこ、ツナ缶 白みそ、納豆	キャベツ、玉葱 パイン缶、人参 しいたけ、万能葱	麦茶 クッキー	コーラス ウエハース
11 火	ごはん 醤油昆布	チンジャオロースー シルバーサラダ 焼き豚、味噌汁	マヨネーズ、春雨 ごま油	豚肩ロース、白みそ 魚肉ソーセージ 焼き豚	大根、もやし、黄桃缶 白菜、ピーマン、人参 レタス、きゅうり 赤ピーマン	麦茶 ビスケット	野菜 ジュース クラッカー
12 水	ごはん 枝豆	ツナカレー、ウインナー ほうれん草ナムル さつま揚げ煮、パイン缶 麦茶	ごま油	皮なしウインナー さつま揚げ、豚ひき肉 すりごま(白)、ツナ缶	もやし、パイン缶 ほうれん草、人参 じゃがいも、玉葱	麦茶 クラッカー	スポロン せんべい
13 木	ごはん ところてん	いとこ煮、豆腐煮物 小松菜納豆和え ミートボール、洋梨缶 麦茶	油	卵、絹生揚げ 豚肩ロース、焼き豆腐 挽きわり納豆	なし缶、白菜、キャベツ 玉葱、小松菜、人参 ねぎ	ぶどう ジュース クッキー	牛乳 揚げ菓子
14 金	ごはん 卵豆腐	メンチカツ ツナポテトサラダ チーズ、味噌汁 みかん缶、鮭フレーク	じゃが芋、油 マヨネーズ	チーズ、鮭フレーク 白みそ、ツナ缶 卵豆腐	みかん缶、レタス きゅうり、なめこ 万能葱	麦茶 ビスケット	牛乳 ドーナツ
15 土	ごはん きゅうり 漬け	豚肉と人参の炒り煮 ほうれん草春雨和え ポークビッツ、すまし汁 ミニトマト、ふりかけ	結び糸こんにゃく、春雨 油、ごま油	ポークビッツ 豚肩ロース 魚肉ソーセージ	ミニトマト、人参 ほうれん草 えのきたけ、万能葱 あおのり	麦茶 クラッカー	マミー ウエハース
給食室から	※21日は食育の日として「元気よくいただきます、ごちそうさまのあいさつをしましょう」についての話をします。 * 19日のお誕生会は園児全員に「チキンライス」を提供しますので、ご飯の持参は必要ありません。(3歳以上児) * 4日はおにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児) * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。						

献立予定表 4月下旬

今月の目標 : 元気よくいただきます、ごちそうさまのあいさつをしましょう

2017年

しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			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	9時おやつ	3時おやつ
16日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
17月	ごはん うずら卵 煮物	鶏肉チーズ焼き ブロッコリーツナ和え かぼちゃ甘煮、味噌汁 黄桃缶	砂糖	若鶏もも皮なし、白みそ ツナ缶、チーズ(固形)	かぼちゃ、黄桃缶 ブロッコリー、万能葱 ふのり(素干)	麦茶 クッキー	いちごみるく クラッカー
18火	ごはん チーズ	肉じゃが 小松菜おかか和え 鶏つくね、味噌汁 洋梨缶	じゃが芋 結び糸こんにゃく	若鶏もも皮なし、白みそ かつお節	なし缶、もやし キャベツ、玉葱、人参 小松菜、グリーンピース	麦茶 ビスケット	コーラス せんべい
19水 ★お誕生会★	チキンライス、ミニオムレツ ハンバーグ スパゲティサラダ、ミニゼリー ミニトマト、スープ		米、サラスパ マヨネーズ、油	卵、鶏ささみ、豚ひき肉 魚肉ソーセージ、パ ター	玉葱、ミニトマト ほうれん草、レタス きゅうり、人参	麦茶 クラッカー	牛乳 ウエハース
20木	ごはん 粉ふき芋	麻婆春雨 きゅうり昆布和え ミニフランク、スープ みかん缶	春雨、じゃが芋	ミニフランク	みかん缶、きゅうり 玉葱、人参、しいたけ 万能葱、塩こんぶ あおのり	野菜 ジュース クッキー	マミー 揚げ菓子
21金	ごはん かまぼこ	ハヤシライス キャベツサラダ、麦茶 卵豆腐、枝豆 パイン缶	じゃが芋、マヨネーズ	卵豆腐 豚肩ロース、脱脂粉乳 すりごま	キャベツ、パイン缶 玉葱、人参、きゅうり えだまめ、グリーンピース	麦茶 ビスケット	豆乳 クラッカー
22土	ごはん 豆腐煮物	鶏肉のからあげ ひじきの煮物 もやしゆかり和え 味噌汁、黄桃缶	結び糸こんにゃく、油 片栗粉	若鶏もも皮なし 白みそ、さつま揚げ 絹ごし豆腐	黄桃缶、もやし、人参 えのきたけ、しいたけ ひじき、万能葱	麦茶 クラッカー	牛乳 せんべい
23日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
24月	ごはん ミートボール	切り昆布煮物 ごぼうサラダ チキンナゲット、スープ ミニゼリー	マヨネーズ	チキンナゲット 豚肩ロース すりごま(白)	玉葱、もやし 細切りごぼう、人参 切り昆布、小松菜 きゅうり	麦茶 クッキー	牛乳 ウエハース
25火	ごはん チーズ	コーンシチュー 小松菜ツナ和え 鶏つくね、パイン缶 ミニトマト、麦茶	じゃが芋	脱脂粉乳、ベーコン ツナ缶	キャベツ、パイン缶 玉葱、小松菜 コーン缶、人参 ミニトマト	麦茶 ビスケット	ぶどう ジュース 揚げ菓子
26水	ごはん さんま缶	豚肉の野菜炒め とろろてんサラダ さつま揚げ煮、味噌汁 洋梨缶	油、ごま油	さつま揚げ、豚バラ肉 魚肉ソーセージ 白みそ、ちくわ	なし缶、とろろてん 玉葱、レタス、きゅうり 人参、もやし、ふのり	麦茶 クラッカー	牛乳 ミニパン
27木	ごはん 里芋煮物	さめの煮つけ、焼き豚 ほうれん草ごま和え 味噌汁、みかん缶 ふりかけ	油	さめ(骨なし) 絹ごし豆腐、焼き豚 白みそ、すりごま(白)	キャベツ、みかん缶 ほうれん草、生わかめ	スポロン クッキー	ゼリー せんべい
28金	ごはん 枝豆	麻婆豆腐、麦茶 大根煮物、ポークビッツ わかめの酢の物 パイン缶	マヨネーズ、春雨	脱脂粉乳、ポークビッツ 魚肉ソーセージ かにふぶき、豚挽肉 絹ごし豆腐	きゅうり、パイン缶 レタス、生わかめ 人参、ピーマン、ねぎ 大根、しいたけ	麦茶 ビスケット	コーラス クラッカー
29土	昭和の日 *休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						
30日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当持参になります。						

☆季節の食材☆



あたたかな日差しが差し始め、気候も穏やかな春到来です。この季節には緑色が鮮やかな食材が出回ります。中でも春のキャベツは葉が柔らかく、様々な料理に使うことができます。和え物やサラダ以外にも、汁物の具材やお肉やお魚との相性も良いです。他にさやえんどう、スナップえんどう、たけのこ、かぶ、いちご、新たまねぎ、菜の花、アスパラガス、あさりなどたくさんの旬の食材があります。給食にも取り入れていきたいと思えます。

