



4月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (水)	ごはん カレイのごまマヨ焼き サラダ ねぎ塩スープ バナナ	米 カレイ・醤油・マヨネーズ・すりごま 小松菜・もやし・コーン・砂糖・薄口・酢・油 豚肉・油・はるさめ・白葱・白菜・豆腐・おろしにんにく・鶏がらスープの素 バナナ	おせんべい さつま芋もち (さつま芋・片栗粉・バター・砂糖)
2 (木)	ごはん 春野菜のつくね焼き 甘酢和え すまし汁 オレンジ	米 鶏挽肉・たけのこ・春キャベツ・玉葱・味噌・みりん・酒・片栗粉 きゅうり・ちくわ・人参・ツナ・薄口・酢・砂糖 白菜・玉葱・椎茸・カットわかめ・塩・薄口 オレンジ	ビスケット きつねおにぎり (米・油揚げ・鶏肉・油・醤油・砂糖・酒)
3 (金)	ごはん 塩唐揚げ ひじきの炒め煮 味噌汁 美生柑	米 鶏肉・鶏がらスープの素・酒・塩・片栗粉・揚げ油 ひじき・油揚げ・人参・油・みりん・酒・砂糖・醤油 さつま芋・大根・えのき・みつば・味噌 美生柑	シガーフライ のりせんべい (餃子の皮・焼きのり・醤油・かつお節・マヨネーズ・ピザチーズ・コーン缶)
4 (土)	炊き込みごはん 豚汁 オレンジ	米・鶏肉・人参・ひじき・油揚げ・酒・砂糖・醤油・みりん・薄口 豚肉・油・大根・玉葱・ごぼう・しめじ・葱・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン
6 (月)	ごはん チャプチェ風 ハムサラダ 中華スープ バナナ	米 豚肉・春雨・人参・赤パプリカ・しめじ・ニラ・砂糖・塩・醤油・いりごま・ごま油 ハム・もやし・きゅうり・酢・砂糖・薄口・ごま油 キャベツ・玉葱・舞茸・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	クラッカー マーブルケーキ (ホットケーキミックス・牛乳・砂糖・油 ココア)
7 (火)	ごはん レバーのりんごソース マカロニサラダ スープ オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酢・砂糖・りんご・玉葱 マカロニ・きゅうり・ツナ・塩・こしょう・マヨネーズ 人参・じゃが芋・白菜・鶏がらスープの素 オレンジ	シガーフライ さくらクッキー (小麦粉・砂糖・油・生クリーム・ベーキングパウダー・いちごパウダー)
8 (水)	ごはん 鶏肉の黒ごま焼き 和え物 五目汁 美生柑	米 鶏肉・砂糖・酒・みりん・醤油・黒いりごま・ごま油 キャベツ・もやし・コーン・砂糖・かつお節・醤油 豚バラ・油・人参・豆腐・ごぼう・葱・味噌 美生柑	ビスケット レモンパイ (パイシート・レモン・無塩バター・グラニュー糖・レモン果汁)
9 (木)	ごはん 卵焼き れんこんのきんぴら 味噌汁 バナナ	米 卵・鶏肉・えのき・みつば・塩・薄口・みりん・砂糖 れんこん・人参・糸こんにゃく・豚挽肉・醤油・みりん・砂糖・ごま油 なめこ・玉葱・油揚げ・葱・味噌 バナナ	おせんべい もちもちココアパン (白玉粉・牛乳・油・砂糖・ココア)
10 (金)	ごはん 鯖の梅煮 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鯖・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油・梅干し ほうれん草・もやし・ツナ・醤油・砂糖 さつま芋・厚揚げ・しめじ・人参・みつば・味噌 オレンジ	リッツ 豆腐きな粉ドーナツ (小麦粉・ベーキングパウダー・絹ごし豆腐・砂糖・きな粉・揚げ油)
11 (土)	すき焼き丼 味噌汁 バナナ	米・豚肉・玉葱・白菜・人参・糸こんにゃく・醤油・砂糖・酒・みりん 大根・かぼちゃ・玉葱・カットわかめ・味噌 バナナ	おせんべい おやつパン
13 (月)	ごはん 豚肉のスタミナ炒め ごま酢和え 味噌汁 オレンジ	米 豚肉・油・人参・玉葱・もやし・キャベツ・葱・酒・みりん・醤油・砂糖・ おろし生姜・おろしにんにく 白菜・もやし・ちくわ・酢・砂糖・薄口・すりごま 豆腐・舞茸・人参・みつば・味噌 オレンジ	シガーフライ 黒糖ボーロ (小麦粉・無塩バター・油・黒糖)
14 (火)	ピラフ 豆腐のナゲット サラダ スープ 美生柑	米・鶏肉・人参・玉葱・バター・鶏がらスープの素・パセリ 豆腐・鶏挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・ひじき・片栗粉・塩・こしょう・揚げ油・ ケチャップ キャベツ・切干大根・かつお節・酢・砂糖・油・薄口 しめじ・白菜・人参・鶏がらスープの素 美生柑	クラッカー フレンチトースト (食パン・砂糖・卵・バター・牛乳)
15 (水)	 お弁当の日  ※必ず火が通ったものを入れて頂きますよう、よろしくお願いいたします。		おせんべい ゼリー

	献立名	材料名	おやつ
16 (木)	ごはん 春の塩肉じゃが きゅうり漬け 味噌汁 バナナ	米 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・スナップエンドウ・糸こんにゃく・酒・ おろしにんにく・塩・砂糖・鶏がらスープの素・油 きゅうり・塩っぺ・醤油・ごま油 油揚げ・キャベツ・椎茸・カットわかめ・味噌 バナナ	ビスケット おかずパウンド (ホットケーキミックス・油・牛乳・コーン・ ハム・玉葱・マヨネーズ・ケチャップ)
17 (金)	ごはん 鮭の味噌照り焼き 納豆和え けんちん汁 オレンジ	米 鮭・おろし生姜・砂糖・味噌・みりん 納豆・もやし・ほうれん草・醤油・もみのり 豆腐・人参・大根・板こんにゃく・葱・薄口・塩・みりん・ごま油 オレンジ	リッツ ホットビスケット (小麦粉・砂糖・生クリーム・無塩バター・ ベーキングパウダー)
18 (土)	中華ごはん 中華スープ バナナ	米・鶏肉・たけのこ・人参・しめじ・醤油・中華だしの素・塩・こしょう・ごま油 キャベツ・もやし・椎茸・ニラ・中華だしの素 バナナ	クラッカー おやつパン
20 (月)	ごはん 揚げだし豆腐 なめたけ和え 若竹汁 オレンジ	米 豆腐・片栗粉・揚げ油・豚挽肉・葱・大根・砂糖・みりん・酒・醤油 キャベツ・人参・切干大根・なめたけ・醤油 たけのこ・カットわかめ・しめじ・玉葱・薄口・塩 オレンジ	ビスケット マカロニごまきな粉 (マカロニ・きな粉・砂糖・塩・すりごま)
21 (火)	カレーライス スティックサラダ チーズ 美生柑	米・豚挽肉・人参・玉葱・しめじ・じゃが芋・カレールウ 大根・きゅうり・酢・砂糖・薄口・油 スティックチーズ 美生柑 	リッツ クラッカーサンド (クラッカー・ブルーベリージャム)
22 (水)	ごはん 筑前煮 ごま和え 味噌汁 オレンジ	米 鶏肉・油・人参・れんこん・干し椎茸・ごぼう・酒・みりん・砂糖・醤油 小松菜・もやし・コーン・すりごま・醤油 かぼちゃ・玉葱・厚揚げ・みつば・味噌 オレンジ	クラッカー お好み焼き (豚バラ肉・油・キャベツ・葱・小麦粉・ 豆腐・お好みソース)
23 (木)	たけのこごはん 鶏肉の梅しそ焼き おかか和え 味噌汁 美生柑	米・油揚げ・ごぼう・たけのこ・みつば・醤油・酒・塩・みりん・薄口 鶏肉・青しそ・梅干し・醤油・酒・みりん・砂糖 アスパラガス・人参・きゅうり・かつお節・醤油 じゃが芋・玉葱・しめじ・葱・味噌 美生柑	ビスケット ベーコンスコーン (小麦粉・砂糖・塩・ベーコン・ 無塩バター・ベーキングパウダー・牛乳)
24 (金)	食パン 鮭のサクサク焼き 空豆のポテトサラダ スープ オレンジ	食パン 鮭・パン粉・パセリ・塩・ウスターソース じゃが芋・空豆・コーン・ツナ・マヨネーズ・塩 鶏肉・油・人参・えのき・キャベツ・鶏がらスープの素 オレンジ	シガーフライ そぼろおにぎり (米・豚挽肉・もみのり・酒・砂糖・醤油・ 油)
25 (土)	春キャベツの 炊き込みごはん 味噌汁 バナナ	米・春キャベツ・鶏肉・おろし生姜・酒・塩・醤油・ごま油 じゃが芋・白菜・豆腐・葱・味噌 バナナ	リッツ おやつパン
27 (月)	肉うどん だいこんサラダ 南瓜のそぼろ煮 美生柑	うどん・豚肉・油・油揚げ・玉葱・椎茸・人参・葱・薄口・醤油・塩・酒・みりん 大根・きゅうり・ハム・マヨネーズ・酢・砂糖・塩・すりごま かぼちゃ・豚挽肉・グリーンピース・砂糖・醤油・みりん・油・片栗粉 美生柑	おせんべい 大学芋 (さつまいも・揚げ油・砂糖・醤油)
28 (火)	ごはん 鯖のカレー焼き コロコロサラダ スープ オレンジ	米 鯖・酒・塩・おろし生姜・おろしにんにく・米粉・カレー粉 アスパラガス・大根・酢・砂糖・醤油 キャベツ・じゃが芋・しめじ・鶏がらスープの素 オレンジ	リッツ いちごヨーグルトケーキ (小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・油・ ヨーグルト・いちごジャム)
29 (水)	 昭和の日 		
30 (木)	ごはん 鶏天 酢の物 味噌汁 バナナ	米 鶏肉・醤油・酒・おろしにんにく・おろし生姜・小麦粉・マヨネーズ・塩・ 揚げ油 小松菜・切干大根・人参・ちくわ・砂糖・酢・薄口 さつまいも・もやし・えのき・葱・味噌 バナナ	シガーフライ 抹茶蒸しパン (ホットケーキミックス・牛乳・抹茶・ ゆであずき缶・油)

天候等の理由により、一部献立が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください