



4月の予定献立表

令和2年4月1日発行



あおい保育園

日	曜日	昼食			果物	おやつ	
		主食	副食	食		(◇は、手作りのおやつです。) 1~2歳児のみです。↓	
1	水	〆飯	●お祝いちらし寿司 ◆かぼちゃのどぼろ煮 ★豆腐のすまし汁	ブロッコリー・卵・海苔・ごぼう・人参・干し椎茸・酢・砂糖・しょう油 かぼちゃ・鶏挽肉・しょう油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・いりこ・しょう油	いちご	◇パインケーキ ミックス粉・パイン・卵・バター・牛乳	牛乳
2	木	麺	●肉うどん ◆青菜と高野の煮浸し ★ポテトサラダ	うどん・牛肉・玉葱・人参・かまぼこ・干し椎茸・葱・かつお節・昆布・しょう油 小松菜・高野豆腐・しめじ・しょう油・砂糖 じゃが芋・キャベツ・ロースハム・人参・マヨネーズ	バナナ	◇桜おにぎり 米・黒米・酢・海苔 お茶 桜餅	牛乳
3	金	〆飯	●鶏肉のマーマレード焼き ◆千草和え ★なめこの味噌汁	鶏肉・マーマレード・キャベツ・しょう油 ほうれん草・人参・油揚げ・もやし・しょう油 なめこ・玉葱・じゃが芋・わかめ・いりこ・味噌	いよかん	牛乳	牛乳
4	土	〆飯	●あけぼのご飯 ◆五目煮 ★卵スープ	人参・ちりめんじゃこ・小松菜・しょう油 厚揚げ・人参・じゃが芋・ごぼう・こんにやく・しょう油・砂糖 卵・玉葱・えのき茸・わかめ・いりこ・しょう油	オレンジ	ビスケット 牛乳	牛乳
6	月	〆飯	●炒り鶏 ◆三色ごま和え ★えのき茸のすまし汁	鶏肉・じゃが芋・人参・ごぼう・こんにやく・干し椎茸・しょう油・砂糖 人参・小松菜・もやし・ごま えのき茸・玉葱・豆腐・葱・いりこ・しょう油	バナナ	◇ゆかりおにぎり 米・ゆかり お茶	牛乳
7	火	〆飯	●チーズムニエル ◆コールスロー ★キャロットスープ	バトウ・小麦粉・粉チーズ・レモン・ブロッコリー キャベツ・人参・水菜・サラダ油・酢 人参・玉葱・じゃが芋・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ	オレンジ	◇ロッククッキー 小麦粉・バター・卵・コーンフレーク	牛乳
8	水	麺	●和風スパゲティ ◆コロコロサラダ ★キャベツスープ	スパゲティ・ほうれん草・ベーコン・玉葱・しめじ・人参・バター・かつお節・しょう油 かぼちゃ・じゃが芋・アスパラガス・ポークウィンナー・マヨネーズ キャベツ・玉葱・油揚げ・葱・いりこ・しょう油	いよかん	◇鮭おにぎり 米・鮭 お茶	牛乳
9	木	〆飯	●豆腐の五目あんかけ ◆ほうれん草のごま和え ★小松菜のすまし汁	豆腐・鶏挽肉・人参・玉葱・えのき茸・水菜・しょう油・片栗粉 ほうれん草・人参・もやし・ちくわ・ごま・しょう油 小松菜・玉葱・椎茸・いりこ・しょう油	はっさく	◇ハムチーズ蒸しパン ミックス粉・ロースハム・チーズ・卵・牛乳	牛乳
10	金	弁当日				メロンパン 牛乳	牛乳
11	土	〆飯	●牛丼 ◆小松菜とひじきの和え物 ★麩のすまし汁	牛肉・玉葱・人参・糸こんにやく・しょう油・砂糖 小松菜・人参・ホールコーン・ひじき・ごま・酢・ごま油 麩・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	バナナ	せんべい 牛乳	牛乳
13	月	〆飯	●カレー肉じゃが ◆わかめと大根の酢もの ★きぬさやのすまし汁	豚肉・玉葱・じゃが芋・人参・糸こんにやく・いんげん・カレールウ わかめ・大根・ちりめんじゃこ・人参・酢・砂糖 きぬさや・豆腐・玉葱・いりこ・しょう油	いよかん	◇梅おにぎり 米・梅干し お茶	牛乳
14	火	〆飯	●さばの生姜煮 ◆ほうれん草の白和え ★椎茸のすまし汁	さば・生姜・しょう油・じゃが芋・青のり 豆腐・ほうれん草・人参・糸こんにやく・ホールコーン・ごま・味噌・砂糖 椎茸・玉葱・小松菜・いりこ・しょう油	オレンジ	◇かぼちゃ団子あべかわ 白玉粉・かぼちゃ・きな粉 牛乳	牛乳
15	水	麺	●味噌わかめラーメン ◆煮豆 ★じゃが芋のチーズ焼き	中華麺・豚肉・わかめ・キャベツ・人参・玉葱・もやし・葱・味噌・鶏ガラ 金時豆・砂糖 じゃが芋・ほうれん草・ベーコン・チーズ	バナナ	◇たけのこおにぎり 米・たけのこ・油揚げ・人参・干し椎茸 お茶	牛乳
16	木	赤飯	●鶏肉の照り焼き ◆ほうれん草とたけのこの酢味噌和え ★水菜のすまし汁	鶏肉・しょう油・キャベツ ほうれん草・たけのこ・人参・ちくわ・酢・味噌・砂糖 水菜・玉葱・じゃが芋・豆腐・いりこ・しょう油	はっさく	誕生ケーキ カステラ・いちご 牛乳	牛乳
17	金	〆飯	●麻婆豆腐 ◆春雨の酢もの ★ニラスープ	豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・たけのこ・干し椎茸・葱・味噌・鶏ガラ 春雨・もやし・ロースハム・わかめ・酢・砂糖 ニラ・じゃが芋・玉葱・卵・いりこ・しょう油	オレンジ	◇バナナ春巻き バナナ・春巻きの皮・粒あん・片栗粉	牛乳
18	土	〆飯	●チキンライス ◆グリーンサラダ ★豆腐スープ	鶏肉・玉葱・人参・ホールコーン・グリーンピース・バター・コンソメ・ケチャップ キャベツ・アスパラガス・水菜・サラダ油・酢 豆腐・玉葱・じゃが芋・葱・いりこ・しょう油	いよかん	ビスケット 牛乳	牛乳
20	月	〆飯	●筑前煮 ◆キャベツの甘酢和え ★油揚げの味噌汁	鶏肉・うずら卵・たけのこ・人参・ごぼう・こんにやく・干し椎茸・いんげん・しょう油・砂糖 キャベツ・小松菜・わかめ・かまぼこ・酢・砂糖 油揚げ・玉葱・えのき茸・葱・いりこ・味噌	いよかん	◇たらこおにぎり 米・たらこ お茶	牛乳
21	火	〆飯	●あじの南蛮漬け ◆納豆和え ★じゃが芋とわかめのすまし汁	あじ・小麦粉・玉葱・人参・水菜・酢・しょう油・砂糖 納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・海苔・かつお節・しょう油 じゃが芋・わかめ・玉葱・麩・いりこ・しょう油	オレンジ	◇お好み焼き 小麦粉・豚肉・キャベツ・卵・長芋・かつお節・青のり	牛乳
22	水	パン	●春野菜のグラタン ◆春キャベツと卵のサラダ ★コーンスープ	マカロニ・じゃが芋・玉葱・ベーコン・グリーンピース・アスパラガス・バター・牛乳・コンソメ・チーズ キャベツ・ロースハム・卵・サラダ油・酢 ホールコーン・玉葱・ほうれん草・コンソメ	はっさく	◇鶏とほろおにぎり 米・鶏挽肉 お茶	牛乳
23	木	〆飯	●厚揚げの味噌煮 ◆キャベツのごま酢和え ★しめじのすまし汁	厚揚げ・豚肉・玉葱・青梗菜・味噌・しょう油・砂糖 キャベツ・かまぼこ・ひじき・人参・ごま・酢・砂糖 しめじ・玉葱・じゃが芋・小松菜・いりこ・しょう油	いよかん	◇卵サンド ロールパン・卵・マヨネーズ	牛乳
24	金	〆飯	●花しゅうまい ◆きんぴら ★わかめともやしのスープ	豚挽肉・玉葱・椎茸・シューマイの皮・しょう油・砂糖・ごま油・グリーンピース・キャベツ ごぼう・人参・糸こんにやく・いんげん・しょう油 わかめ・玉葱・もやし・豆腐・いりこ	バナナ	ヨーグルト クラッカー せんべい	牛乳
25	土	〆飯	●ひじきご飯 ◆じゃが芋のおかか煮 ★かぼちゃの味噌汁	鶏肉・ひじき・人参・油揚げ・しょう油 じゃが芋・人参・こんにやく・かつお節・しょう油 かぼちゃ・玉葱・わかめ・いりこ・味噌	はっさく	牛乳	牛乳
27	月	〆飯	●豚肉の生姜煮 ◆わかめサラダ ★かきたまスープ	豚肉・玉葱・キャベツ・生姜・しょう油・砂糖 わかめ・もやし・人参・サラダ油・酢 卵・玉葱・じゃが芋・椎茸・葱・いりこ・しょう油	オレンジ	◇豆おにぎり 米・グリーンピース お茶	牛乳
28	火	ご納豆	●鮭のタルタルソースかけ ◆刻み昆布の含め煮 ★若竹汁	鮭・卵・玉葱・マヨネーズ・レモン・アスパラガス 刻み昆布・人参・さつま芋・いんげん・しょう油・砂糖 わかめ・たけのこ・豆腐・玉葱・いりこ・しょう油	バナナ	フリン お茶	牛乳
30	木	〆飯	●豆腐の肉みそかけ ◆和風サラダ ★わかめスープ	豆腐・合挽肉・玉葱・味噌・砂糖・片栗粉・キャベツ ひじき・大根・小松菜・かまぼこ・かつお節・サラダ油・酢 わかめ・玉葱・麩・いりこ・しょう油	いよかん	◇芋餅 じゃが芋・片栗粉・海苔 牛乳	牛乳

※行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。

※今月の弁当日は10日(金)です。

今月の旬



アスパラガス・春キャベツ・椎茸・グリーンピース・きぬさや・たけのこ・いちご