

4月のメニュー

平成29年度 はなぶさ保育園

日	曜日	10時おやつ	献立名	15時おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子を整える	エネルギー	たんぱく質
1	土	入園式			—	—	—	—	—
3	月	牛乳 お麩ラスク	カレーライス マカロニサラダ お祝いゼリー	スキムミルク フライドポテト	牛乳・鶏もも肉・ハム 脱脂粉乳・ゼラチン	精白米・じゃが芋・サラダ油 マカロニ・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・ピーマン コーン・キャベツ・胡瓜 りんごジュース・いちご・みかん缶	528	18.9
4	火	牛乳 オレンジ	ミルクパン 蒸し鶏のさっぱり和え サーモンチャウダー	牛乳 スノーボール クッキー	牛乳・鶏ささみ・鮭	ミルクパン・じゃが芋・薄力粉 バター・砂糖	キャベツ・ほうれん草・人参 玉ねぎ・コーン・グリーンピース	477	19.9
5	水	牛乳 さつま芋の きなこ和え	ごはん ハンバーグ スパゲッティサラダ 白菜の味噌汁	麦茶 田作り	牛ひき肉・豚ひき肉・卵 ハム・いりこ・みそ・きなこ	精白米・パン粉・サラダ油 マカロニ・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・胡瓜・キャベツ 白菜・南瓜・わかめ トマトケチャップ	524	24
6	木	麦茶 チーズ	ゆかりごはん 筑前煮 ポテトサラダ	スキムミルク りんごヨーグルト 蒸しパン	鶏もも肉・厚揚げ・卵 ヨーグルト・脱脂粉乳	精白米・里芋・板こんにやく じゃが芋・さつま芋・砂糖 マヨネーズ・ホットケーキミックス	大根・人参・ごぼう・いんげん 胡瓜・りんご	537	20.3
7	金	牛乳 バナナ	あったかうどん もやしのナムル 菜飯おにぎり	スキムミルク フレンチトースト	さつま揚げ・卵・脱脂粉乳 牛乳	うどん・精白米・ごま油 砂糖・食パン	人参・わかめ・ねぎ・もやし 胡瓜・きくらげ	522	19.4
8	土	牛乳 一口パン	ごはん 野菜たっぷり焼肉 味噌けんちん汁	牛乳 ショートブレッド	牛もも肉・木綿豆腐 みそ・いりこ	精白米・里芋・じゃが芋 サラダ油・砂糖・ごま・薄力粉 米粉・バター	玉ねぎ・人参・キャベツ ピーマン・もやし・りんご 大根・ごぼう	540	18.1
10	月	牛乳 りんご	ホットドッグ コンソメスープ フルーツヨーグルト	麦茶 じゃこおにぎり	ウインナー・ヨーグルト しらす	ロールパン・マヨネーズ 砂糖・精白米・ごま	キャベツ・胡瓜・人参・コーン ほうれん草・玉ねぎ・もも缶 みかん缶・トマトケチャップ	394	13.1
11	火	牛乳 きなこ南瓜	ごはん にんじんみそつくね ブロッコリーのマリネ のっぺい汁	牛乳 フルーツ きんとん	鶏ひき肉・カニカマ・みそ 木綿豆腐・牛乳	精白米・パン粉・里芋 サラダ油・さつま芋	人参・玉ねぎ・ブロッコリー コーン・ごぼう・ねぎ・りんご	465	21.6
12	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 金平ごぼう 里芋の味噌汁	スキムミルク ミロトースト	鮭・油揚げ・みそ・いりこ 脱脂粉乳	精白米・マヨネーズ・白滝 ごま油・ごま・里芋・砂糖 食パン・マーガリン	コーン・玉ねぎ・ねぎ・ごぼう 人参・いんげん・小松菜	543	23.7
13	木	牛乳 オレンジ	焼きそば かにかにサラダ かき玉汁	スキムミルク きなこドーナツ	豚バラ肉・かまぼこ カニカマ・卵・きなこ 脱脂粉乳	中華麺・サラダ油・マヨネーズ 片栗粉・ホットケーキミックス 絹ごし豆腐・砂糖	人参・キャベツ・もやし・ねぎ もやし・玉ねぎ・ピーマン あおのり・胡瓜・ほうれん草 にら・しめじ	606	23.7
14	金	牛乳 マカロニあべ川	☆埼玉県の郷土料理☆ かて飯 小松菜のごま和え 豆腐の味噌汁	スキムミルク みそポテト	鮭・油揚げ・みそ・脱脂粉乳	精白米・サラダ油・ごま じゃが芋・天ぷら粉	大根・ごぼう・人参・乾燥椎茸 枝豆・もやし・小松菜・もやし わかめ・ねぎ	371	16.4
15	土	牛乳 バナナ	ごはん 白身魚のあまだれかけ 豚汁	牛乳 にんじんクッキー	白身魚・豚バラ肉・油揚げ みそ・いりこ	精白米・片栗粉・サラダ油 砂糖・じゃが芋・板こんにやく 薄力粉・バター	ごぼう・大根・人参・玉ねぎ ねぎ	604	21
17	月	牛乳 さつま芋バター	親子丼 ほうれん草の白和え りんご	スキムミルク ココアホットケーキ	鶏もも肉・卵・木綿豆腐 油揚げ・みそ・脱脂粉乳	精白米・サラダ油・白滝・ごま ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参・ねぎ・しめじ ほうれん草・りんご	495	20
18	火	牛乳 りんご	ごはん 鮭の照り焼き 大根サラダ	麦茶 おさつチップス	牛乳・鮭・ハム・いりこ・みそ きなこ	精白米・砂糖・サラダ油 マヨネーズ・さつま芋	トマトケチャップ・大根 人参・胡瓜・コーン・南瓜 玉ねぎ・わかめ・ねぎ	501	19.5
19	水	麦茶 みかんヨーグルト	食パン 春野菜のシチュー ごまフレンチ	スキムミルク おからマフィン	牛乳・鶏ささみ・おから 卵・脱脂粉乳	食パン・じゃが芋・サラダ油 ごま・マーガリン・薄力粉	キャベツ・アスパラガス 玉ねぎ・人参・コーン・胡瓜 ほうれん草・もやし	551	23.1
20	木	牛乳 お麩ラスク	ミートスパゲッティ 豚マヨサラダ コンソメスープ	スキムミルク ころころクッキー	牛ひき肉・豚ひき肉 豚もも肉・脱脂粉乳	スパゲッティ・サラダ油・ごま マヨネーズ・マーガリン 薄力粉・砂糖	玉ねぎ・人参・マッシュルーム トマトケチャップ・キャベツ コーン・しめじ	565	21.1
21	金	牛乳 一口パン	☆鹿児島県の郷土料理☆ 鶏飯 がね天	スキムミルク チーズケーキ	鶏ささみ・かつお節・卵 クリームチーズ・生クリーム 脱脂粉乳・絹ごし豆腐	精白米・さつま芋・サラダ油 砂糖・薄力粉	人参・ねぎ・乾燥椎茸 たくあん・にら・レモン汁	496	21.7
22	土	牛乳 バナナ	ごはん 松風焼き 切り干し大根のサラダ かき玉汁	牛乳 きなこ南瓜	鶏ひき肉・みそ・ハム・卵 絹ごし豆腐・きなこ	精白米・サラダ油・パン粉 砂糖・ごま・マヨネーズ 片栗粉	玉ねぎ・切り干し大根・胡瓜 赤ピーマン・コーン・人参 ねぎ・南瓜	557	21.4
24	月	牛乳 りんご	☆春のメニュー☆ たけのこごはん にぎやかサラダ すまし汁	麦茶 ツナサンド	油揚げ・ハム・木綿豆腐 かつお節・ツナ缶・脱脂粉乳	精白米・砂糖・じゃが芋 サラダ油・マヨネーズ・食パン	たけのこ・人参・胡瓜 乾燥ひじき・ピーマン・コーン わかめ・ねぎ	461	19
25	火	麦茶 チーズ	新玉ねぎのかき揚げうどん ごぼうサラダ パナナ	牛乳 スイート パンブキン	卵・かつお節・ツナ缶 牛乳	うどん・さつま芋・薄力粉 サラダ油・ごま・マヨネーズ バター・砂糖・ホットケーキミックス	こんぶ・玉ねぎ・人参・ごぼう いんげん・胡瓜・ほうれん草 バナナ・南瓜	470	14.1
26	水	愛情弁当の日			—	—	—	—	—
27	木	お誕生会			—	—	—	—	—
28	金	牛乳 マカロニあべ川	ごはん ポークビーンズ 春キャベツのおかか和え 若竹汁	スキムミルク りんごゼリー	豚もも肉・大豆・かつお節 脱脂粉乳・ゼラチン	精白米・じゃが芋・サラダ油 マヨネーズ・砂糖	トマト・玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・トマトケチャップ・胡瓜 コーン・小松菜・えのき・たけのこ りんごジュース	542	20.7
29	土	昭和の日			—	—	—	—	—

☆お誕生会メニュー☆
かしわごはん・ポテカボサラダ・さつま汁・季節のデザート

～旬の食材～
アスパラ・キャベツ・グリーンピース・しいたけ
玉ねぎ・かぶ・きくらげ・ごぼう・たけのこ・そろまめ