

ゆめっこ保育園 献立予定表 2022年4月度

		園長印		主任印		保護者								
日	(金) 1	(土) 2	(月) 4	(火) 5	(水) 6	(木) 7	(金) 8	(土) 9	(月) 11	(火) 12	(水) 13	(木) 14	(金) 15	(土) 16
昼	ごはん 五分付米 いわしのフライ いわし 塩 小麦粉 パン粉 油 ブロッコリー塩ゆで ブロッコリー 塩 春キャベツのサラダ 春キャベツ 人参 コーン かつお節 酢 オリーブ油 塩 醤油 スープ もやし 小松菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ビビンバ丼 五分付米 豚肉 にら 人参 ほうれん草 生姜 みりん オイスターソース ごま油 ツナ和え キャベツ 人参 ツナ ごま油 醤油 味噌汁 もやし 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 じゅうじゅう焼き キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ みりん オイスターソース ごま油 春雨サラダ 春雨 キャベツ 人参 きゅうり 酢 オリーブオイル 塩 味噌汁 大根 かぼちゃ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 西京焼き 白身魚 味噌 みりん おひたし 小松菜 醤油 コロコロ煮 高野豆腐 うすいエンドウ 人参 じゃがいも 醤油 みりん 砂糖 スープ もやし 玉ねぎ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	おにぎり 五分付米 焼きそば 中華麺 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン 塩 ソース 味噌汁 チンゲン菜 わかめ ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ごま油 筑前煮 とりもも肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん たけのこ きぬさや こんにやく 砂糖 みりん 醤油 もずく酢 もやし きゅうり もやし 酢 味噌汁 さつまいも しめじ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鮭の竜田揚げ ごま油 醤油 みりん 生姜 片栗粉 ミニトマト アスパラの塩ゆで アスパラ ごま油 キャベツ 人参 ごま油 玉ねぎ かぼちゃ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ガバオ炒めごはん 五分付米 鶏ミンチ ピーマン 赤パプリカ 玉ねぎ しめじ にんにく オイスターソース 醤油 みりん ごま油 煮ころがし じゃがいも 人参 醤油 みりん スープ ちんげん菜 もやし 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鶏肉のごまみそ焼き さわらのみぞれかけ ささみ ごま油 味噌 砂糖 みりん ブロッコリーの塩ゆで ブロッコリー きゅうりと大根の ひたひた きゅうり 大根 コンニャク ひじき 白みそ 醤油 砂糖 味噌汁 人参 玉ねぎ かつおぶし 玉ねぎ えのき 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 さわらのみぞれかけ 鱈 塩 大根 大葉 醤油 みりん 白和え ほうれん草 人参 豆腐 コンニャク ひじき 白みそ 醤油 砂糖 味噌汁 人参 玉ねぎ 大根 味噌 だし汁(昆布・煮干)	牛肉ごはん 五分付米 牛肉 ごぼう 人参 いんげん 醤油 砂糖 みりん けんちん汁 大根 人参 里芋 豆腐 こんにやく 白ねぎ じゃがいも 味噌 ごま油 小松菜 人参 ごま油 醤油 だし汁(昆布・煮干)	ライスロquette 五分付米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 トマト缶 ケチャップ ソース しょうゆ みりん 砂糖 小麦粉 パン粉 じゃがいも きざみキャベツ キャベツ 人参 じゃがいも ポテトサラダ じゃがいも 人参 きゅうり 小松菜 醤油 スープ 玉ねぎ ちんげん菜 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ちゃんちゃん焼き 鮭 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ 味噌 しょうゆ みりん ごま油 醤油 だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし しょうゆ みりん さとう おひたし 小松菜 人参 醤油 だし汁(昆布・煮干)
	食	ぶどうゼリー 寒天 ぶどうジュース 砂糖	おたのしみ	和風スパゲティ スパゲッティ 春キャベツ しめじ アスパラ ベーコン 醤油 みりん	もちもちチーズパン 白玉粉 塩 牛乳 片チーズ 油	芋かりんとう さつまいも 塩 油	黒糖蒸しパン 小麦粉 黒糖 ベーキングパウダー 油	人参ブリッツ 小麦粉 米粉 片栗粉 塩 ごま油 青のり 人参 油	おたのしみ	磯ポテト じゃがいも 青のり 塩 甘辛にぼし にぼし 醤油 みりん 砂糖	恐竜の卵 白玉粉 上新粉 黒砂糖 B.P.	トマトホットケーキ 薄力粉 米粉 砂糖 ベーキングパウダー トマトジュース 食塩 油	梅が枝餅 もち粉 だんご粉 小豆 砂糖 塩	よりより 小麦粉 砂糖 ごま油 塩
おやつ	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳
総カロリー タンパク質														
日	(月) 18	(火) 19	(水) 20	(木) 21	(金) 22	(土) 23	(月) 25	(火) 26	(水) 27	(木) 28	(土) 30			
昼	ごはん 五分付米 麻婆大根 合ミンチ 大根 玉ねぎ 人参 ピーマン オイスターソース ソース ケチャップ みりん 醤油 味噌 片栗粉 砂糖 にんにく 生姜 ごぼうのきんぴら ごぼう 人参 しらたき 醤油 みりん 砂糖 鰹節 スープ もやし 人参 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 いわしの梅煮 合ミンチ 小豆 梅干し みりん 人参 ごぼう オイスターソース ネバネバ和え 納豆 キャベツ 人参 小松菜 スナップえんどう 土佐和え マヨネーズ ごぼう 味噌汁 キャベツ えのき かつお節 スープ コーン 玉ねぎ もやし 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	赤飯 五分付米 もち米 小豆 塩 チキンナゲット とりに胸肉 玉ねぎ 薄力粉 醤油 塩 油 ミニトマト スナップえんどう 土佐和え きゅうり マヨネーズ 人参 えのき 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 肉じゃが 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも しらたき いんげん みりん 醤油 砂糖 かぼちゃ 味噌汁 カリカリサラダ キャベツ 人参 大根 ちりめんじゃこ 醤油 ごま油 味噌汁 白菜 人参 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 鮭の塩焼き 小松菜 塩 焼きかぼちゃ かぼちゃ 油 マカロニサラダ 非常食を使用します (乳・大豆・小麦使用) えのき しめじ 玉ねぎ 味噌汁 小松菜 大根 味噌 だし汁(昆布・煮干)	鶏そぼろ丼 五分付米 鶏ひき肉 小松菜 ささみ 人参 玉ねぎ ごま油 片栗粉 みりん 塩 かぼちゃの含め煮 かぼちゃ 人参 もやし 醤油 みりん 味噌汁 キャベツ 人参 味噌 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 ささみのフリッター 魚の照り焼き 白身魚 みりん 醤油 生姜 人参の含め煮 人参 醤油 みりん ほうれん草 人参 もやし 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	ごはん 五分付米 魚の照り焼き 白身魚 みりん 醤油 生姜 人参の含め煮 人参 醤油 みりん 切干大根のあえもの 切干大根 人参 きゅうり ツナ 酢 人参 醤油 ごま油 味噌汁 ちんげん菜 玉ねぎ 味噌 だし汁(昆布・煮干)	中華丼 五分付米 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ しいたけ ちんげん菜 ごま油 片栗粉 醤油 みりん みりん 塩 アスパラの塩ゆで アスパラ 人参の含め煮 人参 みりん 醤油 みりん たたききゅうり きゅうり ごま油 酢 醤油 みりん スープ キャベツ 玉ねぎ にら 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	おにぎり 五分付米 のり ハンバーグ 合ミンチ 玉ねぎ パン粉 塩 コショウ みりん 醤油 アスパラの塩ゆで アスパラ 人参の含め煮 人参 みりん 醤油 みりん きゅうり ごま油 酢 醤油 みりん スープ たけのこ わかめ きゃべつ 醤油 みりん 塩 だし汁(昆布・煮干)	豚丼 五分付米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし しょうゆ みりん 砂糖 煮びたし みりん キャベツ 小松菜 ちりめんじゃこ 人参 みりん 味噌汁 味噌汁 玉ねぎ 人参 味噌 だし汁(昆布・煮干)			
	食	ボンディング 小麦粉 白玉粉 砂糖 B.P. 塩 塩 水 油	さつまいももち さつまいも 片栗粉 砂糖 油	パン 強力粉 イースト オリーブ油 砂糖 塩 ごめ油 ラズベリー 小麦粉	骨太おにぎり 五分付米 ちりめんじゃこ 小松菜 ごま油 ひじき 醤油 みりん 塩	麩のラスク 焼き麩 バター 砂糖	おたのしみ	チーズポテト じゃがいも チーズ	小松菜ドーナツ 小麦粉 小松菜 砂糖 ベーキングパウダー 油	玉ねぎとごまの クラッカー 薄力粉 強力粉 砂糖 塩 玉ねぎ ごま油 オリーブ油	あんまん 薄力粉 強力粉 砂糖 イースト ベーキングパウダー 塩 小豆 砂糖 抹茶	おたのしみ		
おやつ	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳	果物 牛乳			
総カロリー タンパク質														

入園・進級おめでとうございます！
今年も食事の大切さや、楽しさ、おいしさ
をたくさん感じていただけるように給食室
一同頑張りたいと思っています。

安心・安全でおいしい給食を楽しみにして
いてくださいね♪

よろしく願ひ致します。

※数字は、幼児の予定可食量です。
※乳児は、幼児の予定可食量×0.9とし
て 計算します。
※ごはんは、五分付米です。
※日は誕生日会です。
※日はお弁当日です。