



# 4月 給食献立表



2024年4月1日 ひかり・第二・第三・第四ひかり保育園

日	曜	9時半	昼食	3時	赤:血や肉になるもの	黄:熱や力となるもの	緑:調子をととのえるもの
1	月	スキムミルク マンナ	三色丼 わかめの酢の物 角チーズ	麦茶 じゃがバター	スキムミルク・鶏ひき肉・鶏卵 桜でんぶ・かにかま・チーズ	マンナ・米・押麦・砂糖・サラダ油 じゃがいも・有塩バター	いんげん・きゅうり・キャベツ わかめ・あおのり
2	火	牛乳 お米ボール	ごはん 魚の西京焼き 大根サラダ にゅうめん	スキムミルク マーラーカオ	牛乳・さごし・白味噌・ハム スキムミルク・鶏卵	お米ボール・米・押麦・砂糖 そうめん・薄力粉・サラダ油	だいこん・きゅうり・コーン・にんじん まいたけ・ねぎ・干しぶどう
3	水	麦茶 ビスコ	ごはん 鶏肉の葱うまだれ ほうれん草の中華和え ワンタンスープ	牛乳 エントリークラッカー	鶏肉・牛乳・ワンタン	ビスコ・米・押麦・ごま油・ごま 砂糖・エントリークラッカー	ねぎ・ほうれん草・もやし・にんじん 干しいたけ・にら
4	木	牛乳 星食べよせんべい	ごはん 牛肉とごぼうのしぐれ煮 しらす和え しめじの味噌汁	麦茶 ベジカップケーキ	牛乳・牛肉・しらす干し・木綿豆腐 味噌・鶏卵・ウインナー・チーズ	星たべよせんべい・米・押麦・砂糖 ホットケーキミックス	たまねぎ・ごぼう・しょうが・糸こんにゃく こまつな・にんじん・コーン・しめじ ねぎ・ミックスベジタブル・ケチャップ
5	金	まめびよ 	春色おにぎり ハンバーグ ポテトサラダ チェリー コンソメスープ	桜プリン カルケット	鮭フレーク・合びき肉 鶏卵・牛乳・ハム・生クリーム まめびよ・さくらあん	米・押麦・ごま・パン粉・じゃがいも マヨネーズ・砂糖・アガー カルケット	菜の花・にんじん・たまねぎ・ケチャップ きゅうり・コーン・キャベツ もやし・パセリ・さくらんぼ缶 寒天・いちごソース
6	土	麦茶 せんべい	中華そば 蒸ししゅうまい ゼリー		豚肉・しゅうまい	せんべい・中華めん サラダ油・ゼリー	にんじん・たまねぎ・もやし 干しいたけ・ねぎ
8	月	プリン	ごはん ビーフン炒め ささみサラダ 青梗菜の中華スープ	ミロミルク いちごの渦巻きパイ	プリン・えび・鶏卵・豚ひき肉 鶏肉・かにかま・スキムミルク	米・押麦・ビーフン・サラダ油 ミロ・パイシート・いちごジャム グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・きゅうり・レタス チンゲン菜・はくさい
9	火	麦茶 マンナ	ごはん 鶏肉の唐揚げ レモン酢和え お麩の味噌汁	フルーチェ(ピーチ)	鶏肉・ハム・味噌・牛乳 竹輪	マンナ・米・押麦・かたくり粉 サラダ油・麩 フルーチェ	しょうが・きゅうり・もやし・キャベツ レモン・たまねぎ・ねぎ・黄桃缶
10	水	スキムミルク ビスコ	豆腐ブレッド ポークチャップ ビタミンサラダ 野菜スープ	麦茶 しらすと高菜のおにぎり	スキムミルク・豚肉・鶏卵 しらす干し	ビスコ・豆腐ブレッド・砂糖 オリーブ油・じゃがいも・マヨネーズ 米・押麦	たまねぎ・しめじ・グリーンピース ケチャップ・かぼちゃ・にんじん みかん缶・パセリ・セロリ・もやし 高菜漬
11	木	麦茶 アンパンマンせんべい	ハヤシライス サラスパサラダ 棒チーズ	牛乳 ミレービスケット	牛肉・ツナ・チーズ・牛乳	アンパンマンせんべい・米・押麦 サラダ油・ハヤシルウ・サラスパ ミレービスケット	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム缶 グリーンピース・きゅうり・ケチャップ
12	金	豆乳 お米ボール	ごはん 回鍋肉 きゅうりとトマトのりし和え わかめスープ	麦茶 ごぼじゃがフライ	バナナ豆乳・豚肉・赤味噌	お米ボール・米・押麦・砂糖 ごま油・かたくり粉・フライドポテト サラダ油	キャベツ・にんじん・ピーマン・きゅうり トマト・韓国のり・わかめ・コーン えのきだけ・にら・ごぼう
13	土	麦茶 ビスケット	焼きそば チキンナゲット パイン缶	麦茶 せんべい	豚肉・かつお節・チキンナゲット	ビスケット・中華めん サラダ油・せんべい	にんじん・たまねぎ・もやし・キャベツ あおのり・パイン缶
15	月	麦茶 マンナ	ごはん レバーの生姜煮 小松菜の和え物 豆腐のすまし汁	牛乳 バナナケーキ	豚肉・鶏レバー・竹輪・木綿豆腐 牛乳・鶏卵	マンナ・米・押麦・砂糖 ホットケーキミックス・有塩バター	しょうが・しめじ・えのきだけ・エリンギ にら・こまつな・はくさい・にんじん たまねぎ・みつば・バナナ
16	火	牛乳 お米ボール	バターロール 鮭のマリネ マカロニサラダ ミルクスープ いちご	麦茶 ライスコロケ	牛乳・鮭・ハム・スキムミルク ベーコン・チーズ	お米ボール・ロールパン・薄力粉 有塩バター・砂糖・オリーブ油 マカロニ・マヨネーズ・サラダ油・米 パン粉	きゅうり・トマト・たまねぎ・アスパラ コーン・ほうれん草・いちご ケチャップ
17	水	麦茶 ビスコ	ごはん 豚バラとじゃがいもの甘辛煮 ごま和え はんぺん汁	ミルクティー カルシウムクッキー	豚肉・はんぺん・スキムミルク 鶏卵	ビスコ・米・押麦・じゃがいも・砂糖 ごま・ウエハース・薄力粉 有塩バター	きぬさや・にんじん・コーン・キャベツ もやし・だいこん・みつば 紅茶
18	木	みかん缶	ごはん いかのケチャップ煮 きゅうりの中華和え 春雨スープ	麦茶 アンパンマンせんべい	いか	米・押麦・かたくり粉 サラダ油・砂糖・ごま・ごま油 はるさめ・アンパンマンせんべい	みかん缶・ケチャップ・きゅうり わかめ・にんじん・きくらげ にら
19	金	麦茶 星食べよせんべい	アスパラのピラフ 春野菜グラタン コブサラダ コンソメスープ フルーツゼリー	カルピス チーズケーキ 	えび・ベーコン・ホワイトソース チーズ・牛乳・鶏卵・鶏肉 ミックスビーンズ・カルピス クリームチーズ・生クリーム	星たべよせんべい・米・有塩バター じゃがいも・フルーツゼリー・砂糖 薄力粉	アスパラ・たまねぎ・スナップえんどう きゅうり・トマト・もやし・にんじん パセリ・レモン・いちごソース
20	土	麦茶 せんべい	スパゲティナポリタン ハッシュドポテト 棒チーズ	麦茶 ビスケット	ベーコン・チーズ	せんべい・スパゲッティ 砂糖・サラダ油・ハッシュドポテト ビスケット	たまねぎ・にんじん・ピーマン マッシュルーム缶・ケチャップ
22	月	麦茶 マンナ 	十五穀米 切干大根の卵焼き れんこんの梅肉和え 若竹汁	スキムミルク さつまいもと大豆のあめ煮 星食べよせんべい	鶏卵・鶏ひき肉・しらす干し・ハム スキムミルク・大豆水煮	マンナ・米・十五穀米・砂糖 さつまいも・かたくり粉・サラダ油 星たべよせんべい	切干大根・枝豆・れんこん こまつな・うめぼし・たけのこ水煮 わかめ・みつば
23	火	麦茶 お米ボール	遠足・お弁当の日	オレンジジュース きな粉せんべい		お米ボール・きな粉せんべい	オレンジ飲料
24	水	スキムミルク ビスコ	ごはん 鯖の塩焼き ごまネーズ和え 春野菜の味噌汁	麦茶 お麩ラスク	スキムミルク・さば・ハム・味噌 きな粉	ビスコ・米・押麦・ごま・マヨネーズ サラダ油・麩・有塩バター 砂糖	いんげん・にんじん・ごぼう こんにゃく・キャベツ・ねぎ
25	木	牛乳 プチ えびせんべい	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 白和え たらこ汁 黄桃缶	抹茶ミルク スイートボール	牛乳・鶏肉・木綿豆腐・白味噌 スキムミルク・抹茶ミルク粉	えびせんべい・米・押麦・塩こうじ 砂糖・ごま・花麩・コーンフレーク マシュマロ・有塩バター	ほうれん草・にんじん・干しいたけ たらこ昆布・みつば・黄桃缶
26	金	フルーツ和え	ごはん レバーの南蛮漬 中華サラダ もやしの中華スープ	麦茶 たご焼き	鶏レバー・鶏肉・かつお節 かにかま	米・押麦・かたくり粉・サラダ油 砂糖・ごま油・たご焼き	フルーツミックス・しょうが・たまねぎ パセリ・レモン・レタス・きゅうり きくらげ・にんじん・もやし・あおのり
27	土	麦茶 クラッカー	五目うどん 鶏つくね ゼリー	麦茶 ウエハース	鶏肉・野菜入り鶏つくね	クラッカー・うどん ゼリー・ウエハース	はくさい・干しいたけ・にんじん わかめ・ねぎ
30	火	牛乳 マンナ	ごはん ちくわの磯辺揚げ おひたし あさりの味噌汁	麦茶 みかんの牛乳寒天	牛乳・竹輪・あさり・赤味噌	マンナ・米・押麦・てんぷら粉 サラダ油・砂糖	あおのり・ほうれん草・キャベツ しめじ・にんじん・たまねぎ・ねぎ みかん缶・寒天

※12日の給食は卵・乳・小麦製品不使用の献立です。