

2022年度 4月の給食予定献立表

2022年04月

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10:00・18:30, ○は15:00)	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
01	15	金	ごはん 納豆とアスパラの落とし揚げ きゅうりともやしの酢の物 かぼちゃと千んげん菜のみそ汁	○さつまいも、 米、米粉、油、ご ま、砂糖	○牛乳、納豆、ツ ナ缶	コーン、かぼちゃ、 もやし、千んげん サイ、きゅうり、ア スパラガス、わか め	○ごまスティック ○ふかし芋 ○牛乳
04	18	月	牛すき焼き丼 さつまいもマヨサラダ たけのこわかめのすまし汁	米、○フランスパ ン、さつまいも、し らたき、砂糖	豆腐、牛肉、 ○チーズ、○牛乳	○りんご、はくさ い、たまねぎ、た けのこ、コーン、 きゅうり、ねぎ、え のきたけ、にんじ ん、わかめ	○ごまスティック ○チーズラスク ○くだもの ○牛乳
05	19	火	ドライカレーライス 人参の甘煮 はるさめスープ	米、油、はるさめ、 ○砂糖、米粉、片 栗粉、ごま ○(19日)スポン ジケーキ	○牛乳、豚ひき肉 ○(19日)生ク リーム	たまねぎ、にんじ ん、フロッキー、は くさい、○パイナッ プル、ピーマン、た けのこ、コーン、レー ズン、○かんでん、 にんにく、しょうが、 ○(19日)みかん、 いちご、もも	○せんべい (5日) ○パイナップルゼリー ○牛乳 (19日) お誕生日ケーキ、麦茶
06	20	水	トマトとツナの スパゲティ フロッキーとコーンのソテー 押し麦とキャベツのスープ	○ロールパン スパゲティ、押麦、 油	○牛乳、○ツナ缶	ホールトマト、キャ ベツ、フロッコ リー、たまねぎ、ご まつな、コーン、○ きゅうり、にんじ ん、えのきたけ	○カルシウムせんべい ○ツナサンド ○牛乳
07	21	木	(7日) わかめごはん、すき焼き風煮、 竹輪の磯辺揚げ、もやしカラ フルソテー、りんご (21日) ロールパン 白身魚のフライ キャベツと人参の香り漬け 野菜とさつまいもの コーンスープ	(7日)米、油 ○ドーナツ (21日)○米、 ロールパン、さつ まいも、パン粉、 油、小麦粉、片栗 粉、○油、ごま、 砂糖	(7日)豚肉、豆 腐、竹輪 (21日)豆乳、メ ルルーサ、○しら す干し、卵	(7日)わかめ、も やし、にんじん、 ピーマン、りんご (21日)キャベツ、 にんじん、クリーム コーン、○ごまつ な、ねぎ、レモン	○クラッカー (7日)○ドーナツ、麦茶 (21日)○しらすと菜飯 のおにぎり、麦茶
08	22	金	ごはん さわらのコーンマヨネーズ焼き ペイクド里芋 けんちん汁	米、さといも、 ○小麦粉、○パ ター、油、小麦 粉、○砂糖、片栗 粉、ごま油	○牛乳、さわら、 豆腐、油揚げ、 チーズ	○りんご、だいご ん、○バナナ、に んじん、クリーム コーン、ねぎ、ごほ う、あおのり	○ごまスティック ○バナナケーキ ○くだもの ○牛乳
11	25	月	カレー風味の豆腐丼 きゅうりと人参の昆布あえ はるさめスープ	○じゃがいも、米、 さつまいも、○片 栗粉、油、はるさ め、○油、米粉、 ごま	○牛乳、豆腐	きゅうり、たまね ぎ、○りんご、はく さい、エリンギ、に んじん、えのきた け、塩こんぶ、○ あおのり	○ごまスティック ○芋もち ○くだもの ○牛乳
12	26	火	ハヤシライス アスパラとコーンの レモン風味サラダ キャベツとさつまいものスープ	米、じゃがいも、さ つまいも、油、ご ま、砂糖、○ウエ ハース	牛肉、○牛乳	たまねぎ、キャベ ツ、にんじん、マッ シュルーム、アス パラガス、コーン、 レモン、いちご	○せんべい ○いちごフルーチェ ○ウエハース
13	27	水	みそ煮込みうどん ゆでスナッフえんどう 白身魚と豆腐のしんじょ	○食パン、うどん	○牛乳、鶏肉、油 揚げ、ちくわ	○バナナ、はくさ い、スナッフえん どう、ねぎ、にんじ ん、○いちごジャ ム、○レーズン	○カルシウムせんべい ○ジャムサンド (27日・鯉のほいサンド) ○牛乳 ○くだもの
14	28	木	食パン ポテトのキャベツ焼き フロッキーのサラダ 豆腐のくずあんスープ	食パン、○米、 マッシュポテト、片 栗粉、油、○ごま	豆腐、○さけ、豚 ひき肉、干しえ び、かつお節	キャベツ、フロッコ リー、きゅうり、ほ うれんそう、ねぎ、 パプリカ、あおのり	○クラッカー ○鮭とわかめのおにぎり ○麦茶

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しいただくようお願い致します。