

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 (〇は午後おやつ材料)			おやつ (〇は10:00・18:30, 〇は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	〇さつまいも、 米、米粉、油、ご ま、砂糖	〇牛乳、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	〇ごまスティック 〇ぶかし芋 〇牛乳
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、〇フランスパ ン、さつまいも、し らたき、砂糖	豆腐、牛肉、 〇チーズ、〇牛乳	〇りんご、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	〇ごまスティック 〇チーズラスク 〇くだもの 〇牛乳
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、 〇砂糖、米粉、片 栗粉、ごま 〇(19日)スポン ジケーキ	〇牛乳、豚ひき肉 〇(19日)生ク リーム	たまねぎ、にんじ ん、フロッキー、は くさい、〇パイナッ プル、ピーマン、た けのこ、コーン、レー ズン、〇かんでん、 にんにく、しょうが、 〇(19日)みかん、 いちご、もも	〇せんべい (5日) 〇パイナップルゼリー 〇牛乳 (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	〇ロールパン スパゲティ、押麦、 油	〇牛乳、〇ツナ缶	ホールトマト、キャ ベツ、フロッコ リー、たまねぎ、こ まつな、コーン、 きゅうり、にんじ ん、えのきたけ	〇カルシウムせんべい 〇ツナサンド 〇牛乳
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 〇ドーナツ (21日)〇米、 ロールパン、さつ まいも、パン粉、 油、小麦粉、片栗 粉、〇油、ごま、 砂糖	(7日)豚肉、豆 腐、竹輪 (21日)豆乳、メ ルルーサ、〇しら 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、〇こまつ な、ねぎ、レモン	〇クラッカー (7日)〇ドーナツ、麦茶 (21日)〇しらすと菜飯 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、 〇小麦粉、〇パ ター、油、小麦 粉、〇砂糖、片栗 粉、ごま油	〇牛乳、さわら、 豆腐、油揚げ、 チーズ	〇りんご、だいご ん、〇バナナ、に んじん、クリーム コーン、ねぎ、ごほ う、あおのり	〇ごまスティック 〇バナナケーキ 〇くだもの 〇牛乳
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	〇じゃがいも、米、 さつまいも、〇片 栗粉、油、はるさ め、〇油、米粉、 ごま	〇牛乳、豆腐	きゅうり、たまね ぎ、〇りんご、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	〇ごまスティック 〇芋もち 〇くだもの 〇牛乳
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、〇ウエ ハース	牛肉、〇牛乳	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	〇せんべい 〇いちごフルーチェ 〇ウエハース
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	〇食パン、うどん	〇牛乳、鶏肉、油 揚げ、ちくわ	〇バナナ、はくさ い、スナッフえん どう、ねぎ、にんじ ん、〇いちごジャ ム、〇レーズン	〇カルシウムせんべい 〇ジャムサンド (27日・鯉のほりサンド) 〇牛乳 〇くだもの
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、〇米、 マッシュポテト、片 栗粉、油、〇ごま	豆腐、〇さけ、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	〇クラッカー 〇鮭とわかめのおにぎり 〇麦茶

・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。