

2023年度 4月の給食予定献立表

2023年4月

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名			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	(○は午後おやつ材料) 体の調子を整えるもの		
3	17	金	三色どぼろ丼 かぼちゃの甘煮 じゃがいものみそ汁	米、○ホットケーキ粉、じゃがいも、三温糖、片栗粉 ○バター、ごま油	○牛乳、鶏肉、凍り豆腐、○卵、○チーズ	○バナナ、かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、もやし、○コーン、さやえんどう、しょうが	○カルシウムせんべい ○どうもろこし蒸しパン ○バナナ ○牛乳
4	18	月	カレー風味のトマトライス フロッキーのチーズサラダ 玉ねぎとセロリのスープ	米、押麦、コーン フレーク、○三温糖、米粉、油	○牛乳、豚肉、チーズ、○生クリーム、○セラチン	たまねぎ、トマト、○いちご、フロッキー、にんじん、コーン、セロリ、レモン果汁、にんにく、しょうが	○せんべい ○パパロアいちご ○麦茶
5	19	火	五目うどん しょうまい さつま芋煮	干しうどん、さつまいも、○ロールパン、しょうまいの皮、片栗粉、○米粉、三温糖	○牛乳、豚肉 ○豆乳、○ツナ、油揚げ	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、○たまねぎ、しょうが	○カルシウムせんべい ○ツナクリームパン ○牛乳
6	20	水	食パン ひじきと豆腐のミートローフ コールスローサラダ 押し麦のスーフ	食パン、○米、押麦、パン粉、油	豆腐、豚肉、卵	キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、○だいこん葉、おうめ干し、ひじき	○クラッカー ○梅と青菜のおにぎり、 ○麦茶
7	21	木	ゆかり御飯 白身魚の照り焼き 卵の花 小松菜のみそ汁	米、○薄力粉、押麦、○砂糖、油、 ○油、三温糖	○牛乳、たら、鶏肉、おから、卵、鶏肉、○生クリーム、	○バナナ、にんじん、ねぎ、ごまつな、えのきたけ、○みかん缶、○もも缶、ねぎ	○ごまスティック (7日) ○ちんすこう ○バナナ ○牛乳 (21日) お誕生日 ケーキ 麦茶
10	24	金	マーボー豆腐丼 菜花とツナのごま和 五目汁	米、じゃがいも、○薄力粉、○三温糖、片栗粉、ごま、○油、ごま油	○牛乳、豆腐、○大豆、豚ひき肉、 ○卵、ツナ、○チーズ	たまねぎ、キャベツ、なばな、ねぎ、にんじん、しめじ、しょうが	○クラッカー ○豆とチーズのマフィン ○牛乳
11	25	月	ポークカレーライス はるさめサラダ ココンスーフ	米、じゃがいも、押麦、はるさめ、油、 米粉、○砂糖	豆乳、豚肉、豆腐	たまねぎ、○りんご、にんじん、コーン、チンゲンサイ、きゅうり、りんご、えのきたけ、○粉かんとん、にんにく、しょうが	○せんべい ○りんごゼリー ○麦茶
12	26	火	トマトとツナのスパゲティー ポテトサラダ 野菜スーフ	○食パン、スパゲティ、じゃがいも、 さつまいも、バター、油、三温糖	○牛乳、ツナ、おから	たまねぎ、トマト、キャベツ、きゅうり、○いちごジャム、コーン、ごまつな、にんじん、えのきたけ	○カルシウムせんべい (12日) ○いちごジャムサンド ○牛乳 (26日) ○鮭わかめおにぎり ○麦茶
13	27	水	ロールパン かじきのケチャップあえ 人参サラダ 豆乳クラムチャウダー	ロールパン、 ○米、じゃがいも、 片栗粉、油、三温糖、○食パン	豆乳、かじき ○さけ、あさり、ツナ、○牛乳	キャベツ、にんじん、 コーン、たまねぎ、ほうれんそう ○バナナ、○レーズン	○クラッカー (13日) ○鮭わかめおにぎり ○麦茶 (27日) ○こいのぼりサンド ○牛乳
14	28	木	御飯 納豆とアスパラの落とし揚げ、 小松菜のしらすサラダ 豆腐みそ汁	米、○麩、米粉、 ○三温糖、油、 ○バター	○牛乳、豆腐、納豆、しらす干し、 ○きな粉、油揚げ	ごまつな、コーン、キャベツ、グリーンアスパラガス、ねぎ	○ごまスティック ○お麩きなこラスク ○牛乳

・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回以上お試しください。