幼児

4月のこんだて

ところっこ保育園

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
1	木	昼食	牛乳	チャーハン 春巻き もやしの中華風サラダ わかめスープ	米・豚バラ肉・長葱・卵・サラダ油・鶏ガラだし・醤油・塩 鶏ささみ・いんげん・チーズ・ベーコン・春巻き皮・サラダ油 もやし・胡瓜・ハム・酢・醤油・砂糖・ごま油 わかめ・玉葱・いりごま・昆布だし・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	じゃこトースト	食パン･しらす･マヨネーズ･青のり
2	金	昼食	牛乳	ごはん 煮込みハンバーグ マッシュポテト 味噌汁 果物	米 合い挽き肉・玉葱・パン粉・牛乳・卵・塩・人参・しめじ・トマト・砂糖・ 中濃ソース・コンソメ・小麦粉 じゃが芋・マーガリン・牛乳・塩 白菜・えのき・鰹昆布だし・味噌 デコポン
		おやつ	麦茶	肉まん	小麦粉･ベーキングパウダー･砂糖･塩･サラダ油･ごま油･豚挽き肉･オイスターソース･生姜
3	土	昼食	麦茶	定番焼きうどん スティック野菜 ジュース	うどん･豚肉･玉葱･キャベツ･人参･ピーマン･竹輪･しめじ･長葱･ごま油･醤油･酒･かつお節 胡瓜・人参・大根・マヨネーズ リンゴジュース
		おやつ	麦茶	塩おにぎり	米･塩
5	月	昼食	牛乳	ごはん 豚野菜炒め サラダ菜 白和え すまし汁	米 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・酒・塩・醤油・砂糖・ニンニク・鶏ガラだし サラダ菜 豆腐・ほうれん草・椎茸・こんにゃく・すりごま・砂糖・醤油 麩・長葱・えのき・鰹昆布だし・塩・醤油
		おやつ	麦茶	バナナケーキ	小麦粉・砂糖・マーガリン・ベーキングパウダー・牛乳・バナナ
6	火	昼食	牛乳	ごはん とんかつ ポテトサラダ 味噌汁 果物	米 豚肉・小麦粉・パン粉・サラダ油・中濃ソース じゃが芋・ハム・人参・胡瓜・卵・マヨネーズ・塩 豆腐・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌 キウイフルーツ
		おやつ	麦茶	わかめうどん	うどん･鰹昆布だし･醤油･みりん･酒･砂糖･わかめ
7	水	昼食	牛乳	ごはん 魚の塩焼き 卯の花 けんちん汁	米 鯖・塩 おから・鶏挽き肉・竹輪・人参・長葱・ごぼう・こんにゃく・椎茸・砂糖・醤油・みりん・酒 鶏もも肉・大根・人参・ごぼう・豆腐・じゃが芋・白菜・長葱・椎茸・ 鰹昆布だし・みりん・酒・醤油
		おやつ	麦茶	焼きそば	中華麺・キャベツ・玉葱・人参・塩・中濃ソース・ウスターソース
8	木	昼食	牛乳	ごはん ポークチャップ マカロニサラダ 春雨スープ	米 豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・トマトケチャップ・ニンニク・塩・ コンソメ・砂糖・オリーブ油 マカロニ・ハム・胡瓜・コーン・マヨネーズ・塩 春雨・人参・長葱・コンソメ・塩・鰹昆布だし・醤油
		おやつ	麦茶	ジャムサンド	食パン･いちごジャム
9	金	昼食	牛乳	チキンカレー 海藻サラダ 果物	米･鶏もも肉･ニンニク･生姜･トマト･じゃが芋･玉葱･人参･ケチャップ･カレールゥ ひじき・わかめ・キャベツ・胡瓜・人参・醤油・みりん・酢・鰹昆布だし・塩 バナナ
		おやつ	麦茶	ヨーグルト コーンフレーク	ヨーグルト コーンフレーク
10	土	昼食	麦茶	豚丼 浅漬け 味噌汁	米･豚肉･玉葱･生姜･鰹昆布だし･醤油･みりん･酒 キャベツ・人参・塩昆布 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	せんべい	せんべい
12	月	昼食	牛乳	ごはん チャプチェ 韓国風サラダ わかめスープ	米 牛肉・醤油・砂糖・春雨・人参・玉葱・長葱・椎茸・小葱・いりごま サニーレタス・胡瓜・玉葱・醤油・酢・砂糖・ごま油・すりごま わかめ・玉葱・いりごま・昆布だし・醤油・塩・鶏ガラだし
		おやつ	麦茶	お好み焼き	小麦粉・ベーキングパウダー・鰹昆布だし・キャベツ・コーン・サラダ油・ 中濃ソース・マヨネーズ・鰹節
13	火	昼食	牛乳	納豆パスタ 青のりポテト 豆腐のすまし汁 果物	スパゲティ・納豆・長葱・醤油・ごま油・焼きのり じゃが芋・サラダ油・塩・青のり 豆腐・なめこ・三つ葉・鰹昆布だし・塩・醤油 いよかん
		おやつ	麦茶	鮭おにぎり	米･鮭･塩
14	水	昼食	牛乳	ごはん 魚のムニエル かぼちゃとベーコン炒め きのこの生姜スープ	米 タラ・マーガリン・ニンニク・塩 かぼちゃ・ベーコン・ニンニク・塩・オリーブ油 えのき・しめじ・生姜・ごま油・鶏ガラだし・オイスターソース・塩
		おやつ	麦茶	大学トースト	食パン・砂糖・みりん・醤油・マーガリン・黒ゴマ

日	曜日			メニュー名	食品名
15	木	昼食	牛乳	わかめごはん 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米・混ぜ込みわかめの素 鶏もも肉・ニンニク・生姜・醤油・酒・マヨネーズ・片栗粉・サラダ油 マカロニ・ハム・胡瓜・コーン・マヨネーズ・塩 キャベツ・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌 リンゴ
		おやつ	麦茶	甘納豆蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩・サラダ油・甘納豆・牛乳
16	金	昼食	牛乳	五穀ごはん 魚の煮つけ 豆苗ベーコン炒め 豚汁	米・白麦・もちきび・もちあわ・アマランサス・いりごま カレイ・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 豆苗・ベーコン・ニンニク・ごま油・醤油 豚肉・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・じゃが芋・豆腐・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	塩おにぎり	米・塩
17	土	昼食	麦茶	二色丼 きんぴら 味噌汁	米・豚挽き肉・砂糖・醤油・酒・みりん・生姜・ほうれん草・塩・ごま油 ごぼう・人参・こんにゃく・醤油・みりん・酒・ごま油・いりごま じゃが芋・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ゼリー クラッカー	リンゴジュース・ゼラチン クラッカー
19	月	昼食	牛乳	ごはん 鶏肉のピカタ 青菜とコーンのソテー コンソメスープ	米 鶏もも肉・塩・小麦粉・卵・パセリ ほうれん草・ベーコン・コーン・マーガリン・塩 キャベツ・人参・玉葱・サラダ油・コンソメ・醤油
		おやつ	麦茶	ココア蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・ココア・牛乳
20	火	昼食	牛乳	ごはん レバーの甘辛和え 海藻サラダ 味噌汁	米 豚レバー・牛乳・酒・醤油・生姜・片栗粉・サラダ油・さつま芋・じゃが芋・かぼちゃ・砂糖 ひじき・わかめ・キャベツ・人参・胡瓜・醤油・みりん・酢・鰹昆布だし・塩 なめこ・豆腐・長葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ゼリー クラッカー	ぶどうジュース･ゼラチン クラッカー
21	水	昼食	牛乳	もち麦ごはん 魚の西京焼き 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	米・もち麦 鮭・味噌・みりん・酒・砂糖 高野豆腐・人参・三つ葉・椎茸・鰹昆布だし・醤油・砂糖 大根・油揚げ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	あんこバタートースト	食パン・マーガリン・あんこ
22	木	昼食	牛乳	カレーうどん 小松菜サラダ 果物	うどん･豚肉･小松菜･玉葱･人参･油揚げ･鰹昆布だし･醤油･みりん･酒･塩･カレールゥ 小松菜・チーズ・ハム・マヨネーズ キウイフルーツ
		おやつ	麦茶	ツナピラフ	米・人参・玉葱・ピーマン・ツナ・コンソメ
23	金	昼食	牛乳	コストコパン じゃが芋のコロッケ キャベツサラダ オニオンスープ	コストコパン じゃが芋・玉葱・豚挽き肉・サラダ油・小麦粉・パン粉・塩・中濃ソース キャベツ・胡瓜・竹輪・いりごま・マヨネーズ 玉葱・パセリ・コンソメ
		おやつ	麦茶	おかかおにぎり	米･鰹節･醤油
24	土	昼食	麦茶	えびチャーハン もやしのナムル わかめスープ	米・えび・人参・玉葱・小葱・サラダ油・鶏ガラだし・醤油・塩 もやし・胡瓜・人参・塩・ごま油 わかめ・玉葱・いりごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	麦茶	せんべい	せんべい
26	月	昼食	牛乳	ごはん ささみの甘酢あん おからサラダ ワンタンスープ	米 鶏ささみ・醤油・酒・ピーマン・玉葱・人参・砂糖・ケチャップ・酢・醤油・鶏ガラだし・片栗粉 おから・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ ワンタンの皮・長葱・豚挽き肉・生姜・片栗粉・酒・醤油・小葱・鶏ガラだし・塩
		おやつ	麦茶	クッキー	小麦粉･砂糖･マーガリン･牛乳
27	火	昼食	牛乳	ごはん 肉じゃが 胡瓜とわかめの酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白滝・いんげん・砂糖・醤油・みりん・塩 胡瓜・わかめ・しらす・鰹だし・酢・塩・砂糖 納豆 小松菜・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	おかゆパン	強力粉・ベーキングパウダー・砂糖・塩・米
28	水	昼食	牛乳	五穀ごはん 魚の磯部揚げ 青菜のおかか和え 味噌汁 果物	米・白麦・もちきび・もちあわ・アマランサス・いりごま メルルーサ・青のり・塩・片栗粉・サラダ油 ほうれん草・人参・鰹節・醤油 大根・油揚げ・わかめ・鰹昆布だし・味噌 バナナ
		おやつ	麦茶	黒糖蒸しパン	牛乳・黒糖・卵・酢・重曹・はちみつ・小麦粉・黒ゴマ
29	木	昼食	昭和の日		
		おやつ			
30	金	昼食	麦茶	たけのこごはん 鶏の照り焼き キャベツのゆかり和え すまし汁	米・たけのこ・油揚げ・醤油・みりん・酒・塩 鶏もも肉・醤油・みりん・酒・砂糖 キャベツ・ゆかり 菜の花・しめじ・豆腐・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	牛乳	鯉のぼりサブレ	小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳・塩