

令和 2 年 4 月 献立表 (5歳児ひまわり組・4歳児つくし組・3歳児たんぽぽ組・2歳児うさぎ組) 柳辻こども園

| 日 | 曜 | お昼メニュー | 材料 | おやつメニュー | 材料 | 熱量(kcal) 蛋白質(g) | 備考 | |
|-----------|---|---|---|------------------------------------|--------------------------------------|--------------------|--|--|
| 1 | 水 | 親子丼 | 米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 三つ葉 油揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 | 牛乳 | 牛乳 | 755 | 家庭保育協力日 | |
| | | えびかつ ゼリー | えび 玉葱 パン粉 卵白 油 ゼリー | きな粉せんべい ソフトせんべい | ☆☆☆ | 35.7 | | |
| 2 | 木 | ハヤシライス | 米 牛肉 玉葱 人参 ジャがいも マッシュルーム グリンピース ハヤシルク コンソメ ブイヨン | 牛乳 | 牛乳 | 744 | 家庭保育協力日 | |
| | | ほうれん草のサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース | ほうれん草 きゃべつ ブロッコリー 人参 しめじ ベーコン しょう油 砂糖 酢 サラダ油 牛乳 野菜ジュース | セサミハーベスト おにぎりせんべい | ☆☆☆ | 22.4 | | |
| 3 | 金 | きつねうどん | うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし | 牛乳 | 牛乳 | 613 | 家庭保育協力日 | |
| | | パンパンサラダ チーズ | かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ チーズ | グラハムビスケット ばりんこ | ☆☆☆ | 22.5 | | |
| 4 | 土 |  入園式 | | | | | | ☆今月のお米☆小杉農園の きぬひかり・ミルキーQueenです♪ |
| 6 始業式 | 月 | ごはん | 米 | 牛乳 | 牛乳 | 498 |  | |
| | | 豚肉と野菜の生姜焼き しめじと若布の味噌汁 | 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ 小松菜 ビーマン もやし コーン 生姜 しょう油 みりん 酒 油 しめじ 若布 煮干し 昆布 マルコム味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし | 星食べよ 白い風船 | ☆☆☆ | 20.1 | | |
| 7 | 火 | ビーフカレー | 米 牛肉 玉葱 人参 ジャがいも カレールウ コンソメ ブイヨン りんご パナナ はちみつ スキムミルク | うさぎ組)牛乳 | 牛乳 | 561 | 今月のこの地域の旬(たくさん出回り おいしく食べられる食材)は 春きゃべつ・新玉葱 です。給食のメ ニューにも旬の食材を入れているの で何が入っているのか探してみたく さいね。 | |
| | | フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース | きゃべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース | チーズ蒸しパン | ホットケーキmix 卵 豆乳 チーズ サラダ油 | 18.2 | | |
| 8 | 水 | 白身魚の洋風焼き 春野菜炒め 若竹汁 | カレイ 塩 ビーマン 黄パプリカ 人参 マヨドレ ケチャップ きゃべつ 玉葱 もやし 小松菜 ベーコン コーン 塩 しょう油 みりん 酒 筍 しめじ 若布 葱 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | 牛乳 | 牛乳 | 454 | | |
| | | ごはん ちりめんじゃこ | 米 ちりめんじゃこ | パナナ エースコイン | バナナ ☆☆☆ | 23.8 | | |
| 9 | 木 | 切干大根と豚肉の煮物 豆腐と油揚げの味噌汁 | 切干大根 豚肉 人参 しめじ ジャがいも こんにやく ひじき グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし | 牛乳 | 牛乳 | 619 |  | |
| | | 他人丼 春きゃべつのナムル ゼリー | 米 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 三つ葉 油揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油 ゼリー | 牛乳 じゃこトースト パニラウエハース | 牛乳 食パン ちりめんじゃこ マヨドレ ☆☆☆ | 765 23.6 | | |
| 11 | 土 | ウインナーピラフ じゃがいものポトフ チーズ ごはん | 米 ボークビッツ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン 塩 じゃがいも きゃべつ 豚肉 コーン コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 チーズ | ジュース | りんごジュース | 533 | 家庭保育協力日 | |
| | | 高野豆腐の煮物 小松菜とかまぼこの味噌汁 | 高野豆腐 豚肉 人参 しめじ こんにやく ひじき 油揚げ グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 小松菜 かまぼこ 煮干し 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし マルコム味噌 | お菓子 | ☆☆☆ | 16.6 | | |
| 13 | 月 | ごはん | 米 | 牛乳 | 牛乳 | 392 |  | |
| | | 鯖の梅風味照り焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と豆腐のすまし汁 | 鯖 梅びしお 砂糖 しょう油 酒 白菜 しめじ 小松菜 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 豆腐 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | たべっ子どうぶつ お野菜せんべい | ☆☆☆ | 17.8 | | |
| 14 | 火 | ごはん | 米 | 牛乳 | 牛乳 | 502 |  | |
| | | ハヤシライス | 米 牛肉 玉葱 人参 ジャがいも マッシュルーム グリンピース ハヤシルク コンソメ ブイヨン | りんごゼリー きな粉せんべい | りんごジュース セラチン 砂糖 ☆☆☆ | 24.3 | | |
| 15 | 水 | ハヤシライス | 米 牛肉 玉葱 人参 ジャがいも マッシュルーム グリンピース ハヤシルク コンソメ ブイヨン | 牛乳 | 牛乳 | 744 |  | |
| | | ほうれん草のサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース | ほうれん草 きゃべつ ブロッコリー 人参 しめじ ベーコン しょう油 砂糖 酢 サラダ油 牛乳 野菜ジュース | セサミハーベスト おにぎりせんべい | ☆☆☆ | 22.4 | | |
| 16 | 木 | 親子丼 | 米 卵 鶏肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 三つ葉 油揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 | 牛乳 | 牛乳 | 683 |  | |
| | | えびかつ ゼリー | えび 玉葱 パン粉 卵白 油 ゼリー | ブルーンケーキ | ホットケーキmix 卵 バター ヨーグルト ブルーン 砂糖 | 34.1 | | |
| 17 | 金 | 豚肉と春野菜のスープスパゲティ さつまいもサラダ レアチーズ | スパゲティ 豚肉 玉葱 赤パプリカ ジャがいも マッシュルーム グリンピース コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 片栗粉 さつまいも ブロッコリー ハム ツナ コーン マヨネーズ レアチーズ | 牛乳 | 牛乳 | 690 |  | |
| | | 野菜あんかけ丼 牛肉コロッケ ゼリー | 米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 三つ葉 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 酢 ゼリー | フライドポテト ルヴァン | じゃがいも 塩 油 ☆☆☆ | 18.7 | | |
| 18 | 土 | 野菜あんかけ丼 牛肉コロッケ ゼリー | 米 豚肉 玉葱 人参 白菜 しめじ 三つ葉 油揚げ ひじき かつおだし しょう油 みりん 酒 片栗粉 じゃがいも 牛肉 玉葱 牛脂 パン粉 小麦粉 コーンフラワー 水あめ ショートニング 砂糖 しょう油 食塩 酢 ゼリー | ジュース | りんごジュース | 610 | 家庭保育協力日 | |
| | | ごはん | 米 | お菓子 | ☆☆☆ | 13.2 | | |
| 20 | 月 | 豚肉と野菜の生姜焼き しめじと若布の味噌汁 | 豚肉 玉葱 人参 きゃべつ 小松菜 ビーマン もやし コーン 生姜 しょう油 みりん 酒 油 しめじ 若布 煮干し 昆布 マルコム味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし | 牛乳 | 牛乳 | 498 |  | |
| | | ビーフカレー | 米 牛肉 玉葱 人参 ジャがいも カレールウ コンソメ ブイヨン りんご パナナ はちみつ スキムミルク | 星食べよ 白い風船 | ☆☆☆ | 20.1 | | |
| 21 | 火 | フレンチサラダ 幼児組)牛乳 うさぎ組)野菜ジュース | きゃべつ ブロッコリー ひじき ハム ツナ コーン フレンチドレッシング 牛乳 野菜ジュース | うさぎ組)牛乳 | 牛乳 | 527 |  | |
| | | 白身魚の洋風焼き 春野菜炒め 若竹汁 | カレイ 塩 ビーマン 黄パプリカ 人参 マヨドレ ケチャップ きゃべつ 玉葱 もやし 小松菜 ベーコン コーン 塩 しょう油 みりん 酒 筍 しめじ 若布 葱 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | よもぎ蒸しパン | よもぎ粉 米 ホットケーキmix 卵 豆乳 砂糖 サラダ油 甘納豆 | 16.9 | | |
| 22 | 水 | ごはん | 米 | 牛乳 | 牛乳 | 454 |  | |
| | | 鯖の梅風味照り焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と豆腐のすまし汁 | 鯖 梅びしお 砂糖 しょう油 酒 白菜 しめじ 小松菜 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 豆腐 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | パナナ エースコイン | バナナ ☆☆☆ | 23.8 | | |
| 23 | 木 | ごはん ちりめんじゃこ | 米 ちりめんじゃこ | 牛乳 | 牛乳 | 451 |  | |
| | | 切干大根と豚肉の煮物 豆腐と油揚げの味噌汁 | 切干大根 豚肉 人参 しめじ ジャがいも こんにやく ひじき グリンピース 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 豆腐 油揚げ 煮干し 昆布 合わせ味噌 かつおだし さばぶし かつおぶし | たべっ子どうぶつ お野菜せんべい | ☆☆☆ | 18.9 | | |
| 24 | 金 | 他人丼 春きゃべつのナムル ゼリー | 米 卵 豚肉 玉葱 人参 しめじ 白菜 三つ葉 油揚げ かつおだし 砂糖 しょう油 みりん 酒 きゃべつ ブロッコリー ハム ツナ コーン 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油 ゼリー | 牛乳 | 牛乳 | 668 | | |
| | | ウインナーピラフ じゃがいものポトフ チーズ | 米 ボークビッツ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン 塩 じゃがいも きゃべつ 豚肉 コーン コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 チーズ | 豆乳クリームトースト パニラウエハース | 食パン 豆乳 砂糖 コーンスターチ ☆☆☆ | 20.9 | | |
| 25 | 土 | ウインナーピラフ じゃがいものポトフ チーズ | 米 ボークビッツ 玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリンピース コンソメ ブイヨン 塩 じゃがいも きゃべつ 豚肉 コーン コンソメ ブイヨン 塩 しょう油 みりん 酒 チーズ | ジュース | りんごジュース | 533 | 家庭保育協力日 | |
| | | ごはん | 米 | お菓子 | ☆☆☆ | 16.6 | | |
| 27 | 月 | 鯖の梅風味照り焼き 白菜としめじの煮浸し 麩と豆腐のすまし汁 | 鯖 梅びしお 砂糖 しょう油 酒 白菜 しめじ 小松菜 人参 油揚げ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし 麩 豆腐 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | 牛乳 | 牛乳 | 513 | | |
| | | こいのぼりちらし | 米 ほうれん草 人参 れんこん かんぴょう 筍 椎茸 桜でんぶ のり 砂糖 しょう油 みりん 酒 酢 ゴマ油 | きな粉せんべい ソフトせんべい | ☆☆☆ | 25.1 | | |
| 28 誕生会 | 火 | 豚カツ 若竹汁 | 豚肉 粉末状植物性たん白 食塩 パン粉 ショートニング 大豆粉 油 筍 しめじ 若布 葱 昆布 かつおだし さばぶし かつおぶし しょう油 みりん 酒 塩 | ジュース | りんごジュース | 550 | | |
| | | きつねうどん | うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし | 幼児組)かしわもち うさぎ組)こいのぼりゼリー 星食べよ | ☆☆☆ | 23.6 | | |
| 29 | 水 | 休園(昭和の日) | | | | | | サンプルはたんぽぽ2組前におい てあります。たんぽぽ組(3歳 児)の分量です。うさぎ組はそれ より少なめ、つくし・ひまわり組は それより多めです。質問等は担 任にお聞きください。 |
| 30 | 木 | きつねうどん | うどん 油揚げ 玉葱 人参 しめじ 砂糖 しょう油 みりん 酒 かつおだし | 牛乳 | 牛乳 | 613 | | |
| | | パンパンサラダ チーズ | かぼちゃ ブロッコリー ハム ツナ マヨネーズ チーズ | グラハムビスケット ばりんこ | ☆☆☆ | 22.5 | | |