

平成30年度 4月 給食献立表

ひまわりいしうち保育園

日	曜	黄	献立名	主要材料		
				茶	匳	緑
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
2	月	ごはん	ポークチャップ キャベツのごま和え フルーツ	豚肉 ちりめん	サラダ油 ごま 砂糖	ピーマン 玉ねぎ 人参 ケチャップ キャベツ 人参 フルーツ
		☆	フレンチトースト・牛乳	卵 牛乳	食パン 砂糖 バター	
3	火	ごはん	白身魚の新緑揚げ 若竹汁 ミニトマト フルーツ	白身魚 豆腐 わかめ	小麦粉 サラダ油	パセリ 竹の子 人参 葉ねぎ ミニトマト フルーツ
		☆	バナナヨーグルト	ヨーグルト スkimミルク 牛乳	砂糖	バナナ
4	水	ごはん	肉豆腐 小松菜のチーズ和え フルーツ	牛肉 豆腐 サラダチーズ ちりめん	砂糖 サラダ油 ごま油 ごま	玉ねぎ 人参 えのきたけ 葉ねぎ 小松菜 フルーツ
		☆	ココアプリン・牛乳	牛乳	ココアプリンの素	
5	木	ごはん	鶏肉のから揚げ フレンチサラダ ミニトマト フルーツ	鶏肉 ロースハム	サラダ油 かたくり粉 小麦粉 サラダ油 砂糖	人参 きゅうり キャベツ コーン ミニトマト フルーツ
		☆	お花見団子・牛乳	牛乳	白玉粉 砂糖	
6	金	ごはん	豚肉の生姜焼き きゅうりとツナの酢の物 フルーツ	豚肉 ツナ わかめ	サラダ油 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマン 生姜 きゅうり 人参 フルーツ
		☆	クラッカーサンド・牛乳	ロースハム チーズ 牛乳	クラッカー ジャム	きゅうり
7	土	ごはん	炒めビーフン たまごスープ フルーツ	豚肉 卵 わかめ	ビーフン サラダ油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし 干しいたけ ピーマン 豆苗 葉ねぎ フルーツ
		☆	お菓子・牛乳	牛乳		
9	月	ごはん	ハッシュドビーフ キャベツとハムのサラダ フルーツ	牛肉 ロースハム わかめ	サラダ油 砂糖 ハヤシルウ サラダ油 砂糖	玉ねぎ 人参 しめじ ホールトマト グリーンピース キャベツ 人参 きゅうり フルーツ
		☆	じゃこトースト・牛乳	ちりめん 牛乳	食パン マヨネーズ	パセリ
10	火	ごはん	生揚げのそぼろ煮 ほうれん草のごま和え フルーツ	牛ひき肉 生揚げ	砂糖 サラダ油 じゃがいも ごま 砂糖	人参 玉ねぎ さやいんげん 生姜 ほうれん草 人参 フルーツ
		☆	うどんかりんとう・牛乳	牛乳	うどん サラダ油 砂糖	
11	水	ごはん	さわらの甘酢あんかけ マカロニサラダ フルーツ	さわら	小麦粉 サラダ油 砂糖 マカロニ マヨネーズ	玉ねぎ ピーマン 人参 キャベツ 人参 きゅうり コーン フルーツ
		☆	白玉ポンチ・牛乳	牛乳	白玉粉	みかん缶 パイン缶 黄桃缶
12	木	ごはん	肉じゃが パンサンスー フルーツ	牛肉 卵 かまぼこ	じゃがいも 糸こんにやく サラダ油 砂糖 春雨 ごま ごま油 砂糖 サラダ油	玉ねぎ 人参 グリンピース 人参 きゅうり 玉ねぎ フルーツ
		☆	グラノラクッキー・牛乳	卵 牛乳	小麦粉 バター 砂糖 グラノーラ	
13	金	ごはん	カレー豆腐 キャベツとわかめの酢の物 フルーツ	豆腐 豚肉 わかめ	カレールウ サラダ油 かたくり粉 砂糖	玉ねぎ 人参 干しいたけ グリーンピース キャベツ コーン 人参 フルーツ
		☆	黒糖蒸しパン・牛乳	卵 牛乳	ホットケーキミックス 黒糖 サラダ油	
14	土	ごはん	かやくうどん 粉ふきいも フルーツ	牛肉 卵 かまぼこ 油揚げ わかめ 煮干し粉 青のり	うどん 砂糖 じゃがいも	人参 玉ねぎ 葉ねぎ フルーツ
		☆	お菓子・牛乳	牛乳		
16	月	ごはん	凍り豆腐の卵とじ 切干大根のごまネーズ フルーツ	高野豆腐 卵 ロースハム	砂糖 すりごま 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ニラ 切干大根 小松菜 フルーツ
		☆	甘辛団子・牛乳	牛乳	白玉粉 砂糖 かたくり粉	
17	火	ごはん	ちくわの磯部揚げ ひじきサラダ フルーツ	ちくわ チーズ 青のり ひじき ロースハム ちりめん	小麦粉 サラダ油 砂糖 ごま	小松菜 キャベツ フルーツ
		☆	じゃがバター・牛乳	牛乳	じゃがいも バター	

※

※