2023年　4月　献立表

日 曜	主食 (乳児)	献立	材料名 熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
1 (土)	うどん	かやくうどん さつま揚げと人参のきんぴら ☆牛乳・果物・お菓子	うどん、砂糖 油、ごま お菓子	卵、牛肉、かまぼこ、油揚げ、わかめ さつま揚げ 牛乳 牛乳	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ にんじん 果物
3 (月)	ご飯	豚肉の生姜焼き 切干大根のごまネーズ 果物 ☆牛乳・きなこカップケーキ	油 マヨネーズ、すりごま、砂糖 小麦粉、油、砂糖	豚肉 ロースハム 牛乳、豆乳、きな粉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、しょうが こまつな、切り干しだいこん 果物
4 (火)	ご飯	さけの黄金焼き いんげんのごま和え ふのすまし汁 ☆牛乳・フルーチェ(もも)	マヨネーズ すりごま、砂糖 おつゆふ フルーチェ	さけ、モッツァレラチーズ こんぶ 牛乳	にんじん いんげん、にんじん えのきたけ、にんじん、みつば もも缶
5 (水)	パン	ハッシュドビーフ キャベツとコーンのサラダ 果物 わかめむすび	油、砂糖 油 米	牛肉、牛肉 ロースハム わかめ	たまねぎ、にんじん、しめじ、ホールトマト、グリンピース キャベツ、コーン 果物
6 (木)	ご飯	鶏肉のマーマレード焼き かきたま汁 果物 ☆牛乳・お麩ラスク	 片栗粉 マーガリン、おつゆふ、砂糖	鶏もも肉 卵 牛乳	マーマレード、しょうが たまねぎ、にんじん、葉ねぎ 果物
7 (金)	ご飯	凍り豆腐の炒め煮 和風サラダ 果物 ☆牛乳・青りんごゼリー・こんぶ	砂糖、片栗粉、油 緑豆春雨、油 青りんごゼリーの素	ムキえび、凍り豆腐、刻み昆布 かまぼこ 牛乳、こんぶ	にんじん、グリンピース、干ししいたけ きゅうり、わかめ 果物
8 (土)	パスタ	ミートスパゲティ 里芋の煮っ転がし ☆牛乳・果物・お菓子	スパゲティハーフ、油、砂糖 さといも、砂糖 お菓子	牛ひき肉、粉チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、しめじ、ピーマン 果物
10 (月)	ご飯	吉野煮 小松菜のチーズ和え 果物 ☆牛乳・チーズ蒸しパン	じゃがいも、砂糖、片栗粉 すりごま、ごま油 蒸しパンミックス	厚揚げ、鶏もも肉 さいの目チーズ、ちりめん 牛乳、さいの目チーズ	だいこん、にんじん、いんげん こまつな、キャベツ、にんじん 果物
11 (火)	ご飯	カレー豆腐 バンサンスー 果物 ☆牛乳・クラッカーサンド(ツナ)	油、片栗粉 緑豆春雨、油、ごま、ごま油 マヨネーズ	木綿豆腐、豚肉 錦糸卵、かまぼこ 牛乳、ツナフレーク	たまねぎ、にんじん、グリンピース、干ししいたけ きゅうり、にんじん、たまねぎ 果物
12 (水)	ご飯	さばの塩焼き ひじきの炒め煮 じゃがいものみそ汁 ☆牛乳・マカロニの安倍川	 砂糖、油 じゃがいも マカロニ、砂糖	さば ひじき、木綿豆腐、かまぼこ、油揚げ みそ、煮干し 牛乳、きな粉	 にんじん、ピーマン たまねぎ、にんじん、葉ねぎ
13 (木)	ご飯	まり揚げ スティックきゅうり ひよこ豆のスープ ☆牛乳・黒ごまラスク	油、パン粉、砂糖、片栗粉 じゃがいも、油 ロールパン、マーガリン、砂糖、すりごま(黒)	木綿豆腐、鶏ひき肉、ひじき ひよこ豆、ベーコン 牛乳	葉ねぎ、しょうが きゅうり たまねぎ
14 (金)	ご飯	ポークソテー マカロニサラダ 果物 ☆牛乳コーンフレーク・チーズ	油 マカロニ、マヨネーズ コーンフレーク	豚肉 牛乳、鉄分チーズ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン 果物

※　5日・・・わかめむすび作り(ゆり・ひまわり組)　　11日・・・クラッカーサンド作り(ゆり・ひまわり組)

27日・・・きな粉サンド作り(ゆり・ひまわり組)