

令和 6年度 4月献立表

ひまわりさかえこども園

進級
入園式

日	曜日	献立名	3時のおやつ	主要材料名		
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
1	月	ごはん フルーツ 鶏の唐揚げ 付け合わせ 豆腐のすまし汁	人参スティックパン 牛乳	鶏肉 ちくわ 豆腐 豆乳 牛乳	米 片栗粉 小麦粉 さつまいも マヨネーズ	生姜 いんげん コーン 玉葱 人参 豆苗 干し椎茸
2	火	パン フルーツ 大豆ハンバーグ 付け合わせ コーンクリームスープ	いちごゼリー 牛乳	牛肉 豚肉 大豆 豆乳 豆乳ホイップ 牛乳	パン パン粉	玉葱 人参 南瓜 キャベツ コーン パセリ いちご
3	水	ピラフ フルーツ 白身魚のコーンマヨ焼き コンソメスープ 付け合わせ	フルーツポンチ 牛乳	白身魚 ウィンナー 牛乳	米 小麦粉 じゃが芋 マヨネーズ	人参 玉葱 コーン グリンピース パセリ ブロッコリー キャベツ 豆苗 バナナ パイン缶 みかん缶
4	木	ミートスパゲティ キャベツのゆかり和え フルーツ	人参ドーナツ いりこ 牛乳	豚肉 いりこ おから 豆腐 牛乳	スパゲティ 小麦粉	玉葱 人参 しめじ コーン パセリ トマト缶 しそ キャベツ きゅうり
5	金	ごはん フルーツ 大平 マカロニサラダ	たご焼き風ポテト 牛乳	鶏肉 生揚げ ツナ さつまいも揚げ 青のり かつお 牛乳	米 こんにやく 里芋 マカロニ マヨネーズ 片栗粉 じゃが芋	人参 大根 ごぼう いんげん 干し椎茸 コーン キャベツ きゅうり
6	土	きつねうどん きゅうりの酢の物 フルーツ	お菓子 牛乳	鶏肉 油揚げ かまぼこ 牛乳	うどん	玉葱 人参 ほうれん草 きゅうり キャベツ
8	月	ごはん フルーツ 麻婆豆腐 バンサンスー	あべ川マカロニ 牛乳	豚肉 豆腐 みそ 鶏肉 きな粉 牛乳	米 ごま ごま油 片栗粉 春雨 マカロニ	玉葱 人参 もやし ニラ 生姜 干し椎茸 コーン きゅうり
9	火	ごはん フルーツ 鱈の甘酢あんかけ 呉汁	お花見クッキー 牛乳	鱈 大豆 みそ 油揚げ 豆乳 牛乳	米 片栗粉 米粉 こんにやく	玉葱 人参 ピーマン たけのこ 白菜 大根 ごぼう 葱
10	水	パン フルーツ 鶏肉のクリーム煮 ツナサラダ	たけのこむすび いりこ 牛乳	鶏肉 豆乳 ツナ いりこ 油揚げ 牛乳	パン 小麦粉 米 さつまいも じゃが芋	人参 玉葱 しめじ グリンピース コーン キャベツ 小松菜 干し椎茸 たけのこ
11	木	ごはん フルーツ お好みボール 五目スープ	パインゼリー 牛乳	豚肉 青のり 寒天 かつお節 牛乳	米 小麦粉 ごま油	キャベツ 人参 もやし 葱 白菜 ニラ 生姜 たけのこ 干し椎茸 コーン パイナップルジュース
12	金	ごはん フルーツ 白身魚のトマトソースかけ ひじきの煮物	あんパン 牛乳	白身魚 大豆 ひじき 油揚げ 牛乳	米 片栗粉 ごま油 こしあん パン	玉葱 人参 しめじ にんにく コーン いんげん トマト缶 パセリ
13	土	ビビンバ わかめスープ フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 のり わかめ 牛乳	米 ごま ごま油	もやし ほうれん草 人参 生姜 キャベツ 玉葱 干し椎茸 コーン
15	月	ごはん フルーツ ポークチャップ 春雨サラダ	いちごおはぎ 牛乳	豚肉 かまぼこ 牛乳	米 もち米 こしあん 春雨 マヨネーズ	いんげん 玉葱 人参 キャベツ しめじ コーン きゅうり いちご
16	火	パン フルーツ コロッケ 付け合わせ もずくスープ	クラッカーサンド 牛乳	豚肉 もずく 牛乳	パン パン粉 小麦粉 じゃが芋 さつまいも ごま油 クラッカー いちごジャム	人参 玉葱 キャベツ きゅうり グリンピース もやし チンゲン菜 干し椎茸
17	水	ごはん フルーツ 赤魚と大根の煮付け さつまいもとブロッコリーのみそ和え	りんごゼリー 牛乳	赤魚 寒天 牛乳 みそ	米 さつまいも	生姜 大根 コーン ブロッコリー 人参 りんごジュース
18	木	パン フルーツ ハッシュドビーフ 大根サラダ	フライドポテト 牛乳	牛肉 しらす干し 牛乳	パン じゃが芋	玉葱 人参 しめじ グリンピース トマト缶 大根 キャベツ
19	金	ごはん フルーツ 肉じゃが コールスローサラダ	マーブル蒸しパン いりこ 牛乳	豚肉 いりこ 豆乳 牛乳	米 マヨネーズ こんにやく じゃが芋 小麦粉	いんげん 人参 玉葱 コーン キャベツ りんご
20	土	焼きそば 粉ふき芋 フルーツ	お菓子 牛乳	豚肉 かつお節 青のり 牛乳	スパゲティ じゃが芋	キャベツ 人参 玉葱 ピーマン
22	月	わかめごはん フルーツ 生揚げのそぼろ煮 切干大根のごまネーズ	黒糖蒸しパン 牛乳	豚肉 生揚げ ツナ 豆乳 わかめ 牛乳	米 じゃが芋 ごま マヨネーズ 小麦粉	いんげん 人参 玉葱 生姜 きゅうり 切干大根
23	火	パン フルーツ 付け合わせ 白身魚のオーロラソース ジュリアンスープ	お麩ラスク 牛乳	白身魚 ウィンナー 牛乳	パン マヨネーズ 小麦粉 パン粉 春雨 お麩	キャベツ 人参 玉葱 えのき茸 セロリ 大根 豆苗
24	水	ごはん フルーツ 凍り豆腐の炒め煮 ジャーマンポテト	揚げパン 牛乳	凍り豆腐 昆布 ウィンナー きな粉 牛乳	米 片栗粉 じゃが芋 パン	いんげん 人参 しめじ パセリ 玉葱
25	木	ポークカレー 人参サラダ フルーツ	誕生日ケーキ 牛乳	豚肉 豆乳ホイップ 豆乳 牛乳	米 小麦粉 じゃが芋	人参 玉葱 りんご にんにく グリンピース コーン レーズン きゅうり キャベツ いちご
26	金	ごはん フルーツ チキン南蛮 付け合わせ 若竹汁	マシュマロパン いりこ 牛乳	鶏肉 わかめ 豆腐 いりこ 牛乳	米 マヨネーズ 小麦粉 パン マシュマロ	玉葱 きゅうり いんげん 人参 コーン たけのこ 葱
27	土	ナポリタン キャベツの塩昆布和え フルーツ	お菓子 牛乳	ウィンナー 昆布 牛乳	スパゲティ ごま油	人参 ピーマン 玉葱 トマト缶 パセリ キャベツ
30	火	ごはん フルーツ 揚げ豆腐のそぼろあんかけ 小松菜のごま和え	コーンマヨパン 牛乳	鶏肉 豆腐 かまぼこ 牛乳	米 片栗粉 ごま パン マヨネーズ	玉葱 人参 葱 キャベツ 小松菜 コーン パセリ

※マヨネーズは、アレルギー対応のものを使用しています。 ※パンは卵・乳成分は使用していません。

誕生日会