

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	
1 15 月	昼食	ゆかりごはん 肉じゃが キャベツのみそ汁	米 じゃがいも、油、砂糖	豚肉 油揚げ、みそ	ゆかり 玉ねぎ、人参、いんげん、糸こんにゃく キャベツ、玉ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、酒、だしパック 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ビスケット、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
2 16 火	昼食	パン 魚のマヨネーズ焼き 青菜のソテー ミルクスープ	食パン、ジャム 小麦粉、マヨネーズ マーガリン、油 じゃがいも、油	魚 牛乳	ほうれん草、小松菜、人参、コーン缶 玉ねぎ、人参	塩こしょう コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ナポリタン 牛乳	スパゲッティ、砂糖、油	ポークピッツ 牛乳	玉ねぎ、ピーマン	ケチャップ、コンソメ
3 17 水	昼食	ごはん 鶏のからあげ 春キャベツの塩昆布和え かぼちゃのみそ汁	米 小麦粉、油 ごま油	鶏肉 みそ	しょうが 春キャベツ、人参、塩昆布 かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	カルピスゼリー くだもの 牛乳	砂糖	牛乳	くだもの	カルピス、ゼラチン
4 18 木	昼食	ごはん 魚のみそ煮 春雨の酢の物 豆腐のすまし汁	米 砂糖 砂糖	魚、みそ ハム 豆腐	しょうが もやし、きゅうり、ほうれん草 玉ねぎ、えのき、わかめ、昆布	しょうゆ、みりん、酒 酢、塩 しょうゆ、みりん、酒、塩、だしパック
	午後おやつ	ぼこぼこクッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		コーンフレーク
5 19 金 30 火	昼食	カレーライス りんごサラダ	米、じゃがいも、油、マーガリン 砂糖、油	豚肉	玉ねぎ、人参、小松菜 りんご、キャベツ、人参、きゅうり	カレールウ、ウスターソース 塩こしょう、酢
	午後おやつ (5.19日)	サーターアンダギー 牛乳	小麦粉、砂糖、油	卵		ベーキングパウダー
	午後おやつ (30日)	クラッカーサンド 牛乳	ジャム、マヨネーズ	ツナ缶 牛乳		クラッカー
6 20 土	昼食	焼きそば みそ汁	中華麺、油	豚肉 豆腐、みそ	キャベツ、人参、ピーマン 玉ねぎ、人参	ソース、塩こしょう だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
8 22 月	昼食	豚丼 青菜のおかか和え 白菜のみそ汁	米、麩、油、砂糖、片栗粉 砂糖	豚肉 かつお節 油揚げ、みそ	玉ねぎ、パプリカ ほうれん草、小松菜、人参 白菜、玉ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	せんべい、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
9 23 火	昼食	パン ハンバーグ ブロッコリーのごまドレッシングサラダ もやしのスープ	パン、ジャム 油、片栗粉 ごま、練りごま、砂糖、油 油	合い挽きミンチ、鶏レバー ツナ缶	玉ねぎ ブロッコリー、人参、コーン缶 もやし、玉ねぎ、人参	塩こしょう、ケチャップ、酒 しょうゆ、塩こしょう、酢 シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	青菜おにぎり 牛乳	米	ちりめんじゃこ 牛乳	小松菜	塩
10 24 水	昼食	ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ 具だくさん汁	米 てんぷら粉、油	魚 ちくわ、みそ	玉ねぎ、人参、しめじ 玉ねぎ、人参、大根、しめじ、ごぼう、ねぎ	だしパック、しょうゆ、みりん、塩、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス、砂糖	卵、牛乳 牛乳		ケーキシロップ
11 25 木	昼食	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの炒め煮 ほうれん草のみそ汁	米 砂糖、片栗粉 砂糖、油 麩	鶏肉 水煮大豆、厚揚げ みそ	ひじき、人参、きぬさや ほうれん草、玉ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	新じゃがのチーズ焼き 牛乳	新じゃがいも	チーズ 牛乳	パセリ	塩こしょう
12 金	昼食	きつねうどん 切干大根サラダ くだもの	うどん 砂糖、ごま油	きつね揚げ、花かつお ちくわ	ねぎ、わかめ、昆布 切干大根、人参、きゅうり くだもの	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、酢
	午後おやつ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ、砂糖	きなこ 牛乳		塩
13 27 土	昼食	ケチャップライス コンソメスープ くだもの	米、砂糖 油	鶏肉	玉ねぎ、人参、ピーマン 小松菜、玉ねぎ、人参 くだもの	コンソメ、ケチャップ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

\*毎週月曜日・・・礼拝

\*4/6(土)空の鳥:入園式 野の百合:進級・入園式

\*4/26(金)お誕生会 メニュー:ちらし寿司、チキン南蛮、春野菜のサラダ、すまし汁、くだもの (おやつ)カップケーキ、牛乳

