



4月のよていこんだて

2022年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
1 15 金	昼食	肉うどん 春キャベツのゆかり和え	うどん、砂糖、油	豚肉、昆布	玉ねぎ、ねぎ キャベツ、人参	花かつお、しょうゆ、みりん、酒、塩 ゆかりふりかけ、しょうゆ
	午後おやつ	ごまクッキー 牛乳	ごま、小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		ベーキングパウダー
2 16 土	昼食	鶏丼 みそ汁	米、麩、片栗粉、砂糖、油	鶏肉 みそ	玉ねぎ、えのき、ねぎ 小松菜、玉ねぎ、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
4 18 月	昼食	菜の花ごはん マカロニグラタン 豆腐のみそ汁	米 マカロニ、パン粉、小麦粉、マーガリン、油	卵、ちりめんじゃこ 鶏肉、チーズ、牛乳、豆乳 豆腐、みそ	菜の花 玉ねぎ、しめじ、アスパラガス 玉ねぎ、えのき	しょうゆ、みりん、塩 コンソメ、塩こしょう 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
5 19 火	昼食	パン 魚のマヨネーズ焼き 青菜のソテー もやしスープ	食パン、ジャム マヨネーズ、小麦粉 コーン缶、マーガリン、砂糖、油 油	魚	ほうれん草、小松菜、人参 もやし、玉ねぎ、パセリ	酒、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	五平もち (乳児:ふりかけおにぎり) 牛乳	米、もち米、ごま、砂糖 米	みそ 牛乳		酒 野菜ふりかけ
6 20 水	昼食	ごはん 肉団子と野菜の甘酢あん たまごの中華スープ	米 じゃがいも、砂糖、片栗粉、油 油、ごま油	合挽きミンチ、鶏レバー 卵	玉ねぎ、人参、ピーマン、れんこん、しょうが 玉ねぎ、ねぎ	ケチャップ、酢、酒、塩こしょう シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス、ケーキシロップ	卵、牛乳 牛乳		
7 21 木	昼食	ごはん 魚の竜田揚げ 白和え 麩とわかめのみそ汁	米 片栗粉、油 糸こんにゃく、練りごま、砂糖 麩	魚 豆腐、かつお節 わかめ、みそ	しょうが ほうれん草、人参、しいたけ 玉ねぎ	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	クラッカーサンド、くだもの 牛乳	ジャム	牛乳	くだもの	クラッカー
8 22 金	昼食	カレーライス コーンサラダ	米、じゃがいも、マーガリン コーン缶、砂糖、油	豚肉、大豆水煮	玉ねぎ、人参、にんにく、りんご、バナナ キャベツ、人参、きゅうり	カレールー、コンソメ、ソース しょうゆ、酢、塩こしょう
	午後おやつ	ラスク 牛乳	フランスパン、マーガリン、グラニュー糖	牛乳		
9 23 土	昼食	ナポリタン ポトフスープ	スパゲティ、マーガリン、砂糖、油 油	ポークビッツ 鶏肉	玉ねぎ、ピーマン キャベツ、かぼちゃ、玉ねぎ、人参	ケチャップ、コンソメ、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		菓子
11 25 月	昼食	ごはん 厚揚げのマーボー煮 ほうれん草のみそ汁	米 砂糖、ごま油、片栗粉	厚揚げ、豚ミンチ、赤みそ、みそ みそ	なす、玉ねぎ、人参、ニラ、しょうが、にんにく ほうれん草、玉ねぎ、人参	シャンタン、しょうゆ、みりん、酒 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
12 26 火	昼食	パン 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ 豆乳スープ	食パン、ジャム 小麦粉、砂糖、油 砂糖、油 油	鶏肉 ハム 豆乳	玉ねぎ、しめじ、トマト缶、にんにく ブロッコリー、人参 白菜、玉ねぎ、人参	コンソメ、塩こしょう、酒 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	ツナ塩昆布おにぎり 牛乳	米	ツナ缶、塩昆布 牛乳		しょうゆ、みりん
13 27 水	昼食	ごはん 豆腐ハンバーグ 青菜の磯和え キャベツのみそ汁	米 砂糖、片栗粉 砂糖	豆腐、鶏ミンチ、ひじき のり 油揚げ、みそ	玉ねぎ、人参 小松菜、ほうれん草、人参 キャベツ、玉ねぎ	だしパック、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	フルーツゼリー 牛乳	砂糖	ゼラチン 牛乳	りんご、もも缶、みかん缶	
14 木	昼食	ごはん 魚の塩焼き ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁	米 砂糖、油	魚 ひじき、大豆水煮、ちくわ みそ	人参、いんげん かぼちゃ、玉ねぎ	酒、塩 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	ポテトフライ 小魚(小袋)(乳児:チーズ) 牛乳	じゃがいも、油	小魚(乳児:チーズ) 牛乳		塩

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

*4/2(土)空の鳥:入園式 野の百合:入園式

*4/28(木)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

