

## 4 月 献 立 予 定 表

令和4年度

ひかり保育園

日	曜	午前のおやつ	献立名	主な材料名	午後のおやつ
1	金	牛乳・せんべい	マーボー豆腐・ナムル オレンジ	豆腐・豚ひき肉・にんじん・ねぎ・しいたけ/にんじん もやし・きゅうり/オレンジ	牛乳・ビスケット
2	土		カレー・漬物	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・小麦粉・カレー・バター きゅうり	麦茶 せんべい
3	日				
4	月		<b>入園式</b>		
5	火	麦茶・せんべい	ハヤシライス キャベツとツナのサラダ	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・しめじ・ハヤシルウ/ キャベツ・ツナ・きゅうり・にんじん・酢	麦茶・せんべい
6	水	麦茶・せんべい	鶏の唐揚げ・野菜スープ ジャーマンポテト	鶏肉/キャベツ・にんじん・えのきたけ・もやし・たまねぎ /じゃがいも・ベーコン・たまねぎ・バター・パセリ	麦茶・ビスケット
7	木	牛乳・ビスケット	にら豆腐・小松菜のしらす和え バナナ	豆腐・鶏ひき肉・にら・にんじん・たまねぎ/しらす干し 小松菜・にんじん・もやし/バナナ	牛乳・ビスケット
8	金	牛乳・せんべい	カレー・ブロッコリーサラダ	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・カレー粉/ブロッコリー・にんじ ん	牛乳 せんべい
9	土		カレー・漬物	鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・小麦粉・カレー粉・バター粉 きゅうり	麦茶・せんべい
10	日				
11	月	麦茶・ビスケット	ハンバーグ・ゆでブロッコリー コンソメスープ	豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・しいたけ・パン粉・豆乳/ ブロッコリー/にんじん・たまねぎ・キャベツ・チンゲンサイ・えのきたけ	牛乳・せんべい
12	火	牛乳・せんべい	かじきの照焼き・ごま和え 豚汁	かじきまぐろ/キャベツ・にんじん・ごま/ 豚肉・豆腐・じゃがいも・にんじん・ねぎ・ごぼう・大根	麦茶 ココア揚げパン
13	水	麦茶・ビスケット	厚揚げのうま煮 ひじきサラダ・ヨーグルト	厚揚げ・豚肉・チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん/ ひじき・もやし・にんじん・きゅうり・ごま/ヨーグルト	牛乳・せんべい
14	木		<b>あるけあるけ</b>		牛乳・せんべい
15	金	ヨーグルト	鮭の塩焼き・切干大根の煮物 春野菜のみそ汁	鮭/切干大根・油揚げ・にんじん・干しいたけ/ キャベツ・にんじん・たまねぎ・わかめ・しめじ	牛乳・ビスケット
16	土		カレー・漬物	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・カレー粉・小麦粉・バター きゅうり	麦茶 せんべい
17	日				
18	月	麦茶・せんべい	ミートソーススパゲティ・ウインナー コンソメスープ	スパゲティ・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・小麦粉/ウインナー/ じゃがいも・もやし・にんじん・キャベツ・えのきたけ	牛乳・コーンフレーク/ビスケット
19	火	牛乳・ビスケット	豆腐とチンゲン菜のそぼろ炒め・ 中華和え・オレンジ	豆腐・豚ひき肉・チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・赤ピーマン しめじ/小松菜・もやし・にんじん・コーン(幼児のみ)/オレンジ	麦茶 フライドポテト
20	水	麦茶・ビスケット	もろのけチャップあえ・ゆでブロッコリー 春雨コンソメスープ	もろ・パセリ/ブロッコリー/ 春雨・チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・しいたけ	牛乳 バナナ
21	木	麦茶・せんべい	鶏の照り焼き・照り煮 クリームシチュー・ゆでブロッコリー・オレンジ	鶏肉/ベーコン・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しめじ ホワイトルウ・豆乳/ブロッコリー/オレンジ	牛乳 ビスケット
22	金	牛乳・せんべい	かじきの味噌だれかけ・磯香和え ほうれん草と豆腐のすまし汁	かじきまぐろ/キャベツ・にんじん・きゅうり・のり/ 豆腐・ほうれん草・にんじん	麦茶・せんべい
23	土		カレー・漬物	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・カレー粉・小麦粉・バター きゅうり	麦茶 せんべい
24	日				
25	月	麦茶・せんべい	<b>誕生会</b>	木・鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・小麦粉・カレー粉・バ ター キャベツ・にんじん・きゅうり・コロンチンゲンサイ・えのきたけ	牛乳 ロールケーキ
26	火	牛乳・せんべい	煮魚・三色お浸し 豆腐とわかめのみそ汁	もろ/ほうれん草・もやし・にんじん/ 豆腐・たまねぎ・わかめ	牛乳 ジャムパン
27	水	牛乳・ビスケット	チンジャオロース・ハム入り春雨サラダ ヨーグルト	豚肉・ピーマン・たけのこ・干しいたけ・にんじん・たまねぎ/ 春雨・ハム・きゅうり・もやし・にんじん/ヨーグルト	牛乳・クラッカー
28	木	麦茶・ビスケット	肉じゃが・納豆・ 大根と油揚げのみそ汁	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・さやいんげん/納豆/ 大根・たまねぎ・油揚げ・えのきたけ	発酵乳・せんべい
29	金		<b>昭和の日</b>		
30	土		カレー・漬物	豚肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・小麦粉・カレー粉・バター きゅうり	麦茶 せんべい

14日(木)は、あるけあるけです。お弁当の準備をお願いします。  
25日(月)は、誕生会です。3歳児以上のお子さんもお白ご飯はいりません。  
チキンカレー・フレンチサラダ・いちご