

4月の給食・おやつメニュー

あけぼの・幼保学院

※アレルギー用の献立表は別紙にて配布します。※ごはんは七分づき米を使用しています。

月	火	水	木	金	土
	1 ●チキンカレーごはん/鶏肉/人参/じゃがいも/玉ねぎ/カレー粉/グリーンピース/油 ●白菜のごま和え白菜/きゅうり/人参/ちくわ/三温糖/しょうゆ/すりごま ●フルーツバナナ 午前 ●チーズ 午後 ●カルピスポンチ	2 ●ごはん ●豚肉の生姜焼き豚肉/玉ねぎ/土生姜/三温糖/しょうゆ/油 ●スパゲティサラダスパゲティ/人参/きゅうり/ハム/塩/こしょう/マヨネーズ ●みそ汁豆腐/わかめ/えのき/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●ココアケーキ・牛乳	3 ●わかめごはんごはん/炊込みわかめ ●さばのごま焼きさば/酒/しょうゆ/みりん/三温糖/ごま ●青菜のきつね和えほうれん草/小松菜/えのき/人参/油揚げ/三温糖/しょうゆ/みりん ●みそ汁じゃがいも/玉ねぎ/しめじ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ビスコ 午後 ●フルーツヨーグルト	4 ●ごはん ●牛肉のすき煮牛肉/酒/焼き豆腐/人参/玉ねぎ/糸こんにゃく/白菜/卵/三温糖/しょうゆ/油 ●春キャベツのしらす和えキャベツ/しらす干し/酢/しょうゆ/三温糖 ●みそ汁わかめ/えのき/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ヨーグルト 午後 ●スティックパイ・牛乳	5 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト
	7 ●ごはん ●カニカマの卵焼き卵/カニかまぼこ/人参/玉ねぎ/青ねぎ/干しいたけ/酒/三温糖/しょうゆ/油 ●チンゲン菜のツナ和えチンゲン菜/もやし/人参/しめじ/ツナフレーク/三温糖/しょうゆ ●みそ汁白菜/油揚げ/わかめ/かつおだし/みそ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●りんごドーナツ・牛乳	8 ●ごはん ●さわらの煮付けさわら/しょうゆ/三温糖/みりん/酒 ●きゅうりの酢の物わかめ/きゅうり/ちりめんじゃこ/人参/しょうゆ/三温糖/酢/すりごま ●みそ汁豆腐/えのき/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ウエハース 午後 ●バナナきな粉ヨーグルト	9 ●みそラーメン中華麺/豚肉/キャベツ/人参/玉ねぎ/なると/中華スープ/三温糖/しょうゆ/みそ/油/青ねぎ ●もやしのささみ和えもやし/きゅうり/コーン/ささみ/フレーク/酢/三温糖/しょうゆ/ごま油 ●フルーツオレンジ 午前 ●ビスコ 午後 ●黒糖ホイップサンド・牛乳	10 ●菜飯ごはん/菜飯の素 ●チキンの照り焼き鶏肉/酒/三温糖/しょうゆ/みりん/塩こうじ ●ポテトサラダじゃがいも/きゅうり/人参/コーン/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●みそ汁豆腐/油揚げ/しめじ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(バナナ) 午後 ●ババロア	11 ★皮なししょうざ丼ごはん/豚ひき肉/キャベツ/にら/人参/中華スープ/しょうゆ/酒/三温糖/ごま油/ゆで卵 ●具だくさんみそ汁豆腐/油揚げ/人参/玉ねぎ/ごぼう/里芋/大根/かつおだし/みそ/青ねぎ ●フルーツオレンジ 午前 ●チーズ 午後 ★メロンパン風スコーン・牛乳
14 ●ごはん ●まさご揚げ木綿豆腐/鶏ひき肉/人参/ちりめんじゃこ/卵/片栗粉/塩/しょうゆ/酒/油 ●塩こんナムルもやし/きゅうり/人参/塩昆布/ごま/ごま油 ●みそ汁玉ねぎ/油揚げ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ヨーグルト 午後 ●ブッセ・牛乳	15  お弁当の日 午前 ●ビスコ 午後 ●フルーツゼリー・牛乳	16 ●チキンハヤシごはん/鶏肉/人参/じゃがいも/玉ねぎ/ハヤシルウ/グリーンピース/油 ●しょうゆフレンチキャベツ/きゅうり/小松菜/ちくわ/人参/酢/うすくちしょうゆ/三温糖 ●フルーツオレンジ 午前 ●ウエハース 午後 ●フルーツゼリー・牛乳	17 ●ごはん ●回鍋肉豚肉/キャベツ/人参/玉ねぎ/ピーマン/みそ/三温糖/うすくちしょうゆ/みりん/片栗粉/油 ●華風和えきゅうり/人参/ハム/コーン/三温糖/酢/しょうゆ/ごま油/すりごま ●わかめスープわかめ/チンゲン菜/しめじ/鶏ガラだし/うすくちしょうゆ 午前 ●フルーツ(バナナ) 午後 ★チーズスフレ	18 ●ごはん ●鮭のパン粉焼き鮭/パン粉/粉チーズ/マーガリン/塩/こしょう ●ブロッコリーのおかか和えブロッコリー/人参/コーン/かつお節/三温糖/しょうゆ ●みそ汁玉ねぎ/油揚げ/じゃがいも/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ビスコ 午後 ●たまごサンド・牛乳	19 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト
21 ●ごはん ●高野豆腐の卵とじ鶏肉/人参/玉ねぎ/高野豆腐/ちくわ/グリーンピース/卵/かつおだし/三温糖/しょうゆ/油 ●ほうれん草の海苔和えほうれん草/きゅうり/人参/三温糖/しょうゆ/刻み海苔 ●みそ汁白菜/しめじ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●マーマレードケーキ・牛乳	22 ●たけのこごはんごはん/たけのこ/酒/昆布/うすくちしょうゆ/みりん/絹さや ●ホキのみそバター焼きホキ/みそ/みりん/三温糖/酒/マーガリン ●アスパラのごま和えグリーンアスパラ/キャベツ/人参/ハム/コーン/すりごま/しょうゆ/三温糖 ●豆腐のすまし汁豆腐/油揚げ/わかめ/かつおだし/しょうゆ/青ねぎ 午前 ●ウエハース 午後 ●ヨーグルトパフェ	23 ●鮭ごはんごはん/鮭フレーク ●エビフライ●タルタルソース卵/マヨネーズ ●マカロニサラダマカロニ/キャベツ/人参/きゅうり/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●トマトスープトマトソース/玉ねぎ/コーン/ウインナー/ブロッコリー/コンソメ ●フルーツオレンジ 午前 ●チーズ 午後 ●フルーチェ	24 ●あんかけうどんうどん/豚肉/白菜/玉ねぎ/人参/わかめ/かまぼこ/青ねぎ/かつおだし/うすくちしょうゆ/みりん/三温糖/油/片栗粉 ●大根とツナのサラダ大根/きゅうり/コーン/ツナ/フレーク/三温糖/味ポン ●フルーツバナナ 午前 ●ビスコ 午後 ●マシュマロおこし	25 ●ロールパン ●じゃが芋と牛ひき肉のグラタン牛ひき肉/じゃがいも/玉ねぎ/トマト缶/塩/こしょう/牛乳/コンソメ/パン粉/粉チーズ ●森もりサラダしいたけ/えのき/しめじ/人参/キャベツ/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●みそ汁もやし/ちくわ/小松菜/かつおだし/みそ 午前 ●ヨーグルト 午後 ●ポップコーン・牛乳	26 ●わかめごはんごはん/炊込みわかめ ●豚汁豚肉/豆腐/じゃがいも/人参/油揚げ/玉ねぎ/かつおだし/みそ/青ねぎ
28 ●ごはん ★鶏肉のカレー風味焼き鶏肉/酒/塩こうじ/しょうゆ/カレー粉/小麦粉 ●春雨サラダ春雨/きゅうり/人参/ハム/コーン/三温糖/酢/しょうゆ/ごま油 ●みそ汁豆腐/油揚げ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●チーズ 午後 ●フライドポテト・牛乳	29 昭和の日	30 ●ごはん ●煮込みハンバーグハンバーグ/ケチャップ/三温糖/しょうゆ/ウスターソース/玉ねぎ/しめじ/コンソメ ●ブロッコリーとチーズのサラダブロッコリー/人参/コーン/チーズ/シーザードレッシング ●みそ汁じゃがいも/わかめ/えのき/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●野菜カステラ・牛乳	 5月のお弁当の日は、5月27日(火)の予定です。		

今月の平均栄養価(保育園クラス)
エネルギー・・・516cal たんぱく質・・・19.7g

今月の平均栄養価(幼稚園クラス)
エネルギー・・・614kcal たんぱく質・・・23.8g

※午前のおやつは、夢・光組のみです。
※献立は都合により変更することがあります。

●・・・給食メニュー／●・・・おやつメニュー
★・・・給食新メニュー／★・・・おやつ新メニュー