

2020年4月

こん
立
よ
定
ひょう
表

あいしんほいくんえん
愛信保育園

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)	
1	水	ごはん マカロニグラタン ちりめんピーマン炒め ボルシチ	牛乳 ドーナツ	米、じゃがいも、マカロニ、ごま油 牛乳、鶏肉、ワイン ナード、チーズ、しらす牛乳、脱脂粉乳、ごま たまねぎ、ホールトマト缶詰、ピーマン、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、いんげん	
2	木	ごはん でこぼん ししゃものからあげ ひじきの五目煮 みそしる	手作りヨーグルト おかし	米、油、片栗粉、こんにゃく、ごま油 ヨーグルト、ししゃも、鶏ごし豆腐、豆みそ、ちくわ、油揚げ でこぼん、キャベツ、こまつな、にんじん、ビーマン、ひじき	
3	金	ごはん ポークピーンズ ひじきとれんこんのきんぴら たらのみそしる	牛乳 こさりの かぼちゃパン	米、パン、じゃがいも、ごま油 牛乳、木綿豆腐、たいす、豚肉、たら豆みそ、ごま、油揚げ はくさい、たまねぎ、にんじん、れんこん、白ねぎ、いんげん、ひじき	
4	土	親子どん スタミナスープ いちご	牛乳 おかし	米、こんにゃく 牛乳、鶏肉、牛肉、焼き豆腐、煮り豆腐 たまねぎ、いちご、にんじん、だいこん、白ねぎ、ねぎ、干しこいたけ、焼きのり、カットわかめ	
5	日	おやつ			
6	月	ごはん コロッケ ビーフンと野菜のソテー 春野菜のクリームシチュー	牛乳 ぶたまん	米、じゃがいも、ビーフン、なたね油、ごま油 牛乳、鶏ひき肉、豚肉、脱脂粉乳 たまねぎ、かぶ、にんじん、コーン缶、キャベツ、かぶ・葉、ピーマン	
7	火	ごはん 納豆 りんご 煮魚 はくさいとほうれんとうのお浸し 豚汁	牛乳 手作り豆腐団子	米、白玉粉、上新粉、さといも、砂糖、こんにゃく 牛乳、あかうお、納豆、鶏ごし豆腐、豚肉、豆みそ、木綿豆腐、きな粉 りんご、はくさい、ほうれんそう、だいこん、にんじん、ねぎ、ごぼう	
8	水	ビビンパ カクテギ わかめスープ	牛乳 黒糖パン	米、パン、ごま油 牛乳、豚ひき肉、ごま もやし、たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、ねぎ、干しこいたけ、カットわかめ、キムチ	
9	木	ごはん にくじゃか 春雨サラダ 石狩汁	牛乳 手作り マヨチーストースト	米、じゃがいも、食パン、さといも、マヨネーズ(鶏なし)、こんにゃく、三温糖、はるさめ、ごま油、油 牛乳、さけ、豆みそ、牛乳、鶏チーズ、ウインナー でこぼん、だいこん、たまねぎ、にんじん、トマト、白ねぎ、ブロッコリー、スナップえんどう、ごぼう、カットわかめ、あおのり	
10	金	ごはん ひじき耶焼 ナムル カレーチャウダー	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、米、きつまいも、ごま油、油、砂糖 牛乳、卵、ツナ油漬缶、油揚げ、ごま 大豆もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、白ねぎ、えだまめ、ひじき	
11	土	チキンライス ポタージュ いちご	牛乳 おかし	米 牛乳、鶏肉、脱脂粉乳 いちご、たまねぎ、クリームコーン缶、かぼちゃ、にんじん、いんげん、コーン缶	
12	日	おやつ			
13	月	ハヤシライス スティックサラダ	牛乳 ミニカップゼリー おかし	米、じゃがいも、鶏肉、マヨネーズ(鶏なし) 牛乳、牛肉 にんじん、たまねぎ、きゅうり、ブロッコリー	
14	火	ごはん さかなのからあげ 五目豆 みそしる	牛乳 手作りスイートポテト	さつまいも、米、こんにゃく、砂糖、油、から揚げ粉 牛乳、だいす、豆みそ、バター、ちくわ、脱脂粉乳、油揚げ、あかうお いちご、にんじん、ピーマン、ごぼう、切り干しだいこん、ねぎ、カットわかめ	
15	水	きつねごはん トックスープ	牛乳 手作り人蔵蒸しパン	もち、米、ホットケーキ粉、三温糖、ごま油、油 牛乳、鶏肉、鶏、油揚げ にんじん、にんじんジュース、ねぎ、焼きのり、干しこいたけ	

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)	
16	木	ごはん いちご ぶりたいこん 青菜とれんこんのごまえみそしる	牛乳 チーズ蒸しパン	米、パン、砂糖 牛乳、ぶり、木綿豆腐、ツナ水煮缶、ちくわ、豆みそ、油揚げ、ごま たいこん、いちご、こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、れんこん、ねぎ、しょうが	
17	金	ごはん とりのからあげ フロックコリーのおかかあえ 大豆のトマトスープ	手作りヨーグルト おかし	米、じゃがいも、から揚げ粉、なたね油、片栗粉、ごま油 ヨーグルト、鶏肉、豚ひき肉、だいす、かつお節 ホールトマト缶詰、もやし、たまねぎ、ブロッコリー、コーン缶、さやえんどう	
18	土	ミートスパゲッティー いちご	牛乳 おかし	スパゲティー 牛乳、豚ひき肉 たまねぎ、いちご、ホールトマト缶詰、にんじん、ピーマン	
19	日	※かいてある食材はかわるときがあります ※しつもんがあればいつでもきてください			
20	月	ごはん いわしフライ 中華サラダ コンソメスープ	牛乳 手作り黒糖クッキー	米、小麦粉、なたね油、黒砂糖、三温糖、はるさめ、ごま油 牛乳、無塩バター、ワインナー、煮り豆腐 おおさかしろな、えのきだけ、ブロッコリー、にんじん、ひじき	
21	火	中華どんぶり とうふスープ でこぼん	牛乳 手作りきなこケーキ	米、小麦粉、砂糖、なたね油、米粉、片栗粉、ごま油 牛乳、木綿豆腐、豚肉、バター、きな粉 でこぼん、はくさい、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にら、干しこいたけ、白ねぎ	
22	水	キンパ チャップチエ わかめスープ	牛乳 手作りチーズチヂミ	米、はるさめ、小麦粉、上新粉、ごま油 牛乳、鶏、牛丼、かにかまばこ、ごま、ワインナー、チーズ たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、ピーマン、にら、ごぼう、ねぎ、干しこいたけ、カットわかめ、焼きのり、だいこん(たくあん)	
23	木	ごはん マーポーとうふ しゃうまい 五目みそしる	牛乳 こさりの クッキークリームパン	米、パン、さといも、ごま油、片栗粉 牛乳、木綿豆腐、ちくわ、豚ひき肉、豆みそ いちご、にんじん、だいこん、たまねぎ、にら、ねぎ、ゆでたけのこ、ごぼう、干しこいたけ	
24	金	玄米入りごはん 鶏肉のごま味噌焼 ごぼうときゅうりのサラダ のっぺいじる	牛乳 手作りチーズブリッツ かみかみデー	米、小麦粉、さといも、ごま油、昆布玄米、マヨネーズ(鶏なし)、三温糖、片栗粉、なたね油 牛乳、鶏肉、チーズ、豆みそ、ツナ水煮缶、生揚げ、ごま ごぼう、にんじん、きゅうり、かぼちゃ、さやえんどう、白ねぎ、コーン缶	
25	土	フルコギどん ビーフンスープ でこぼん	牛乳 おかし	米、油、ビーフン、砂糖 牛乳、牛丼、ウインナー、豆みそ、ごま でこぼん、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、にら、赤ピーマン、切り干したいこん、干しこいたけ	
26	日	おやつ			
27	月	チキンカレー ゆで野菜サラダ	牛乳 手作り豆腐みたらし団子	米、白玉粉、じゃがいも、砂糖、上新粉、マヨネーズ(鶏なし)、片栗粉、搾姜 牛乳、鶏肉、豆腐、脱脂粉乳 たまねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、いんげん	
28	火	たけのこごはん でこぼん ボパイミートローフ アスパラサラダ コンソメスープ	牛乳 手作り いちごヨーグルトムース おたんじょうびかい	米、パン粉、マヨネーズ(鶏なし)、砂糖、焼豚 牛乳、ヨーグルト、豚ひき肉、生クリーム、牛ひき肉、油揚げ、ツナ水煮缶、ゼラチン でこぼん、たまねぎ、はくさい、にんじん、グリーンアスパラガス、キャベツ、ほうれんそう、トマト、もやし、いちごジャム、ゆでたけのこ、ねぎ、コーン缶、みつば、干しこいたけ、レモン果汁	
29	水	休園です			
30	木	ごはん 納豆 りんご 焼魚 コロコロポテトサラダ みそしる	牛乳 ジャムサンド	米、食パン、じゃがいも、ごま油 牛乳、さわら、納豆、豆みそ、ウインナー、油揚げ りんご、キャベツ、いちごジャム、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、カットわかめ	