

4月の献立表



<旬の食材>
アスパラ、春キャベツ、だけのこと
新じゃがいも、新ごぼう

<今月の誕生日>
4月10日(水)



令和6年
つばき保育園

日	祝日	献立名			主な材料				1日の消費カロリー(平均)	1日の栄養価(平均)			
		午前おやつ (1~2歳児)	昼食	午後おやつ	赤・白・青・黄	緑・オレンジ・紫・茶色	黄・白・茶色	その他		E	P		
1	15	月	マンナビスケット牛乳	ごはん えのきとさつまいものみそ汁 やみつきちキン ほうれん草のごま和え オレンジ	お昼のラスク牛乳	鶏肉 ささみフレーク 味噌 牛乳	えのき茸 ほうれん草 白菜 人参 にんにく オレンジ	米 さつまいも 砂糖 ごま 小豆粉 砂糖 バター	昆布・かつおだし汁 ケチャップ みりん 醤油	E	P	E	P
2	16	火	マンナウエハース牛乳	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 筑前煮 春キャベツの和風マヨサラダ	米粉バナナケーキ牛乳	豆腐 味噌 鶏肉 ツナ かつお節 牛乳	なめこ ごぼう 人参 絹さや 春キャベツ 胡瓜 コーン バナナ	米 昆布 サラダ油 砂糖 マヨドレ 米粉 片栗粉	昆布・かつおだし汁 みりん 醤油 ベーキングパウダー	E	P	E	P
3	17	水	アンパンマンせんべい牛乳	ごはん キャベツと人参のみそ汁 鮭のみりん漬焼き 小松菜の納豆和え バナナ	焼きそば牛乳	味噌 鮭 納豆 豚ひき肉 牛乳	キャベツ 人参 小松菜 バナナ にら	米 砂糖 蒸し中華麺 サラダ油	昆布・かつおだし汁 みりん 醤油 ウスターソース 中濃ソース	E	P	E	P
4		木	クラッカー牛乳	ごはん 根菜汁 松風焼 南瓜の煮物	きなこマカロニ牛乳	味噌 鶏ひき肉 豆腐 きな粉 牛乳	大根 新ごぼう 人参 たまねぎ 長葱 青のり 生姜 南瓜	米 黒糖 片栗粉 ごま マカロニ	昆布・かつおだし汁 みりん 酒 醤油 食塩	E	P	E	P
5	19	金	マンナビスケット牛乳	カレーライス 大根とキャベツのサラダ いちごヨーグルト	トマトとプロッコリーのフリッツ牛乳	鶏肉 豆乳 ヨーグルト スキムミルク 粉チーズ 牛乳	トマト 人参 たまねぎ バナナ 大根 キャベツ 人参 胡瓜 いちごジャム にんにく 生姜 トマトジュース プロッコリー	米 サラダ油 小麦粉 じゃがいも 砂糖 ごま油 ごま	ガラスープ 醤油 酢 ウスターソース ケチャップ 食塩 カレー粉 ベーキングパウダー	E	P	E	P
6	20	土	アンパンマンせんべい牛乳	鶏そぼろ丼 キャベツと人参のスープ 茹で野菜	人参蒸しパン牛乳	鶏ひき肉 豆乳 牛乳	コーン ほうれん草 キャベツ 人参 プロッコリー 生姜	米 サラダ油 砂糖 さつまいも マヨドレ ホットケーキ粉	ガラスープ みりん 醤油 食塩	E	P	E	P
8	22	月	マンナビスケット牛乳	ごはん ほうれん草と長ねぎのすまし汁 あじの西京焼き 新ごぼうのごまマヨサラダ	かぼちゃソフトクッキー牛乳	あじ 味噌 豆乳 牛乳	ほうれん草 長葱 人参 さやいんげん 新ごぼう 大根 南瓜	米 砂糖 マヨドレ ごま 小麦粉 バター	昆布・かつおだし汁 みりん 酒 醤油 食塩 ベーキングパウダー	E	P	E	P
9	23	火	マンナウエハース牛乳	麻婆丼 わかめスープ もやし中華あえ パイナップル	ココアミルクもち牛乳	豚ひき肉 豆腐 味噌 ちくわ 牛乳	玉ねぎ 人参 長ねぎ わかめ もやし 胡瓜 人参 パイナップル	米 ごま油 砂糖 片栗粉 サラダ油	ガラスープ 酒 醤油 塩 ココア	E	P	E	P
11	24	水	クラッカー牛乳	ごはん 豆腐と玉ねぎのみそ汁 肉じゃが 小松菜とキャベツの塩昆布和え	グレープ寒天 ココアウエハース牛乳	豆腐 豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ 胡瓜 黄パプリカ 塩昆布 ぶどうジュース 粉寒天	米 じゃがいも サラダ油 砂糖 ココアウエハース	昆布・かつおだし汁 みりん 醤油	E	P	E	P
12	26	金	マンナビスケット牛乳	ごはん 小松菜と大根のみそ汁 マーマレードチキン ひじきの炒り煮 メロン	ビーフソテー牛乳	味噌 鶏肉 ちくわ 鶏ひき肉 牛乳	小松菜 大根 マーマレード ひじき 人参 絹さや メロン 玉ねぎ	米 サラダ油 砂糖 ビーフン	昆布・かつおだし汁 酒 醤油 ガラスープ 食塩 カレー粉	E	P	E	P
13	27	土	アンパンマンせんべい牛乳	ねぎ塩豚丼 キャベツと玉ねぎのスープ カラフルナムル	焼き芋牛乳	豚肉 牛乳	玉ねぎ 長葱 人参 キャベツ コーン もやし 小松菜 黄パプリカ	米 サラダ油 ごま油 さつまいも	ガラスープ 食塩	E	P	E	P
	30	火	マンナウエハース牛乳	ごはん 具沢山野菜スープ 鶏肉の唐揚げ 南瓜のチーズ焼き オレンジ	小松菜蒸しパン牛乳	鶏肉 チーズ 豆乳 牛乳	チンゲン菜 キャベツ コーン 玉ねぎ 南瓜 にんにく 生姜 オレンジ 小松菜	米 片栗粉 サラダ油 バター 小麦粉 砂糖	ガラスープ 酒 醤油 食塩 ベーキングパウダー	E	P	E	P
誕生会	10	水	アンパンマンせんべい牛乳	醤油ラーメン カラフルサラダ マスカットゼリー	いちごモンブラン ジョア(マスカット)	豚肉 豆乳 生クリーム ジョア(マスカット)	人参 もやし 長葱 わかめ プロッコリー 黄パプリカ コーン にんにく 生姜 イチゴジャム いちご	中華麺 ごま油 じゃがいも サラダ油 砂糖 マスカットゼリー ホットケーキ粉	かつおだし汁 チキンブイヨン 酢 食塩 みりん 酒 醤油 食塩	E	P	E	P
お弁当の日	18	木	クラッカー牛乳	ごはん 松風焼 南瓜の煮物 メロン	きなこマカロニ牛乳	味噌 鶏ひき肉 豆腐 きな粉 牛乳	玉ねぎ 長葱 青のり 生姜 南瓜 絹さや メロン	米 砂糖 片栗粉 ごま マカロニ	かつおだし汁 醤油 食塩	E	P	E	P
こどもの日	25	木	アンパンマンせんべい牛乳	ツナコーンピラフ ほうれん草と玉ねぎのスープ こいのぼりごぼうバーグ 新じゃがの青のりポテトフライ いちご	かしわもち風ケーキ ジョア	ツナ 豚ひき肉 ちくわ 豆乳 こしあん ジョア	コーン たまねぎ ほうれん草 ごぼう グリンピース 青のり パセリ いちご ほうれん草	米 パン粉 マヨドレ 新じゃがいも サラダ油 小麦粉 砂糖	ガラスープ ケチャップ 食塩 ベーキングパウダー	E	P	E	P

※食べたいものない食材は事前にご家庭で必ずお預けください。 ※献立は食材の割合により変更する場合がございます。 ※0歳児クラスは、りんご・なしは加熱して提供します
※マヨネーズ(マヨドレ)、ハム、ベーコン、ウィンナー、ちくわ、さつまあげ、マッシュマロ、コーンフレーク、ホットケーキ粉、ラーメン、中華めん、食パンは卵不使用のものを使用しています。