



4月 給食献立

平成29年度 西奈良ルーテル保育園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	土	牛乳 せんべい	豚丼 味噌汁 ストロベリーゼリー		牛乳 お菓子	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ・ねぎ	米・上白糖 じゃが芋
3	月	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ スープ		牛乳 ココロコ チーズ蒸しパン	鶏肉 牛乳 チーズ	きゅうり・コーン 玉ねぎ・人参 しめじ パセリ	米・上白糖 なたね油・マカロニ マヨネーズ ホットケーキミックス
4	火	牛乳 バナナ	カレーライス ツナサラダ オレンジ		牛乳 シュガーサンド	豚ミンチ ツナ 牛乳	玉ねぎ・人参 ブロッコリー オレンジ バナナ	米・じゃが芋 ごまだれ・食パン グラニュー糖・カレールー なたね油・マーガリン
5	水	牛乳 おさかな せんべい	ご飯 カレーの煮付け キャベツの昆布和え のっぺい汁		牛乳 スイートポテト	カレイ 鶏肉 牛乳 鶏卵	しょうが キャベツ・パプリカ 塩昆布・大根・人参 ねぎ	米・上白糖 里芋・片栗粉 さつま芋 生クリーム・有塩バター
6	木	牛乳 クッキー	ロールパン ポークビーンズ ごぼうサラダ スープ		お茶 高菜おにぎり	大豆 豚肉 牛乳	玉ねぎ・トマトホール缶 きゅうり・人参・パセリ パセリ・トマトケチャップ 菜飯の素・ごぼう	ロールパン・上白糖 ごまだれ・じゃが芋 米 なたね油
7	金	牛乳 せんべい	ご飯 メンチカツ 切干大根の煮物 味噌汁		牛乳 プリン	メンチカツ 牛乳 ちくわ 味噌	トマトケチャップ 小松菜・もやし グリーンピース・人参 切干大根	米・なたね油 上白糖 プリンミックス
8	土	牛乳 せんべい	あんかけうどん かぼちゃの煮物 バナナ		牛乳 お菓子	鶏肉 揚げ 色板 牛乳	わかめ・なめこ バナナ ほうれん草 かぼちゃ・絹さや	うどん 片栗粉 上白糖
10	月	牛乳 チーズ	木の葉丼 白菜の和え物 味噌汁		牛乳 コンソメポテト	鶏卵・揚げ かつお節・豆腐 チーズ・チャンボンスライス 牛乳・味噌	玉ねぎ・人参 白菜・えのき わかめ・ねぎ みつば	米・上白糖 なたね油 ポテト
11	火	牛乳 せんべい	ホットドッグ スパゲティーサラダ コンソメスープ		お茶 サケおにぎり	ウインナー 牛乳 鮭フレーク	キャベツ・玉ねぎ ブロッコリー・しめじ コーン・トマトケチャップ ねぎ・人参	ドッグパン・カレー粉 なたね油・スパゲティ マヨネーズ 米・ごま
12	水	牛乳 ビスケット	筍ご飯 白身魚のごま味噌焼き キャベツのゆかり和え にゅうめん汁		牛乳 マドレーヌ	揚げ・鶏卵 ホキ 白みそ 牛乳	たけのこ・グリーンピース 人参・ごま・キャベツ しその香・玉ねぎ ねぎ・レモン	米・上白糖 そうめん 小麦粉 マーガリン
13	木	牛乳 おさかな せんべい	ご飯 チャプチェ しゅうまい 大根スープ		牛乳 りんご寒天 せんべい	豚肉 牛乳 しゅうまい	人参・にら・玉ねぎ 干し椎茸 わかめ 大根・ねぎ	米・上白糖 春雨・ごま・寒天 アップルジュース ごま油
14	金	牛乳 ビスケット	ハヤシライス チキンサラダ オレンジ		牛乳 揚げさつまいも	豚肉 ささみ 牛乳	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・オレンジ トマトケチャップ トマトホール缶	米・なたね油 ごまだれ・さつま芋 グラニュー糖 ハヤシルー
15	土	牛乳 せんべい	じゃこチャーハン 味噌汁 りんご		牛乳 お菓子	ちりめんじゃこ 牛乳 味噌	玉ねぎ・コーン 人参・ねぎ かぼちゃ りんご	米 なたね油

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
			乳児		赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
17	月	牛乳 味しらべ	麻婆丼 春雨サラダ たまごスープ	牛乳 ジャム クラッカーサンド	豆腐・豚ミンチ 牛乳 鶏卵 味噌	しょうが・玉ねぎ わかめ・ねぎ グリーンピース きゅうり・人参	米・なたね油・ごま油 春雨・青じそドレッシング ブルーベリージャム 片栗粉・クラッカー
18	火	牛乳 おさかな せんべい	ご飯 さばの煮付け ひじき大豆 味噌汁	お茶 バナナヨーグルト	さば・大豆 ちくわ・味噌 牛乳 ヨーグルト	しょうが・ひじき バナナ 人参・インゲン わかめ・ねぎ	米・上白糖 じゃが芋 コーンフレーク
19	水	牛乳 クッキー	きつねうどん 金平ごぼう りんご	牛乳 ホットケーキ	鶏肉 揚げ 牛乳	わかめ・人参 絹さや・ねぎ りんご ごぼう	うどん・上白糖 ごま油・ごま ホットケーキ メープルシロップ
20	木	牛乳 オレンジ	ご飯 すき焼き風煮 おかか和え 味噌汁	お茶 お好み焼き	豚肉・豆腐 豚ミンチ・鶏卵 味噌・かつお節 牛乳	白菜・玉ねぎ・えのき きゅうり・もやし・人参 グリーンピース・キャベツ オレンジ・青のり・ねぎ	米・上白糖 おつゆ麩・長芋 小麦粉 天かす
21	金	牛乳 せんべい	ご飯 チキン南蛮 スパゲティー スープ	りんごジュース お誕生会ケーキ	鶏肉・ホイップ 鶏卵 ウインナー 牛乳	玉ねぎ・ピーマン 人参・ねぎ・いちご 大根 しめじ・トマトケチャップ	米・片栗粉・なたね油 上白糖・タルタルソース スパゲティ・小麦粉・ココア 有塩バター・りんごジュース
22	土	牛乳 せんべい	ちゃんぽんめん 小松菜のツナ和え オレンジ	牛乳 お菓子	豚肉 チャンポンスライス ツナ 牛乳	キャベツ・玉ねぎ 人参・小松菜 オレンジ にら	中華そば 上白糖 ごま油
24	月	牛乳 せんべい	他人丼 切干大根のごま和え 味噌汁	牛乳 パイ	牛肉・鶏卵 味噌 ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ・みつば・のり 白菜・インゲン・人参 しめじ・切干大根 ねぎ	米・上白糖 ごま・ぱりんこ パイシート グラニュー糖
25	火	牛乳 オレンジ	菜飯 スパニッシュオムレツ ブロッコリーのごまだれサラダ スープ	牛乳 きなこクッキー	鶏卵 鶏ミンチ 牛乳 きな粉	菜めしの素・玉ねぎ トマトケチャップ・ブロッコリー パセリ・オレンジ・コーン 人参・ピーマン・しめじ	米・じゃが芋 ごまだれ マーガリン・上白糖 なたね油・小麦粉
26	水	牛乳 チーズ	ご飯 筑前煮 きゅうりの酢の物 味噌汁	牛乳 フレンチトースト	鶏肉・ちくわ 豆腐・揚げ・味噌 鶏卵・ちりめんじゃこ チーズ・牛乳	椎茸・ごぼう・人参 きゅうり・わかめ しょうが・絹さや・大根 ねぎ	米 上白糖・なたね油 食パン こんにゃく
27	木	牛乳 ビスケット	ナポリタンスパゲティー かぼちゃサラダ りんご	牛乳 バナナケーキ	ウインナー 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・マッシュルーム トマトケチャップ・かぼちゃ りんご・バナナ 人参・きゅうり・ピーマン	スパゲティ・なたね油 上白糖・マヨネーズ マーガリン・小麦粉 ホットケーキミックス
28	金	牛乳 おさかな せんべい	ご飯 赤魚の味噌焼き がんもの煮物 すまし汁	牛乳 マーマレードサブレ	赤魚 牛乳 がんも 白みそ	人参・インゲン えのき 白菜 みつば	米・上白糖 小麦粉 マーマレード マーガリン

☆旬の野菜《春キャベツ》☆

3月頃から出回る春系と呼ばれる春キャベツは、葉の巻きがゆるく、内部まで黄緑色で葉質がやわらかく、みずみずしく生食に向いている。

周年で、店頭にならぶ、キャベツのおいしい時期には、

1～3月 冬キャベツ

3～5月 春キャベツ

7～8月 夏キャベツ

がある。

ビタミンC、カルシウム、カロテンなど多く含みます。



ご入園おめでとございます。

安心安全で子供達が楽しめる給食、おやつ作りを心がけてまいりますので

宜しくお願い致します。

