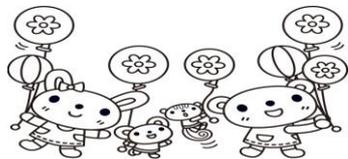


4月 給食献立

2018年 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		
					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
2	月	牛乳 星たべよ	ご飯 鶏の照り焼き マカロニサラダ スープ	牛乳 コロコロチーズ蒸しパン	鶏肉 コンソメ 牛乳 チーズ	きゅうり・コーン 人参・玉ねぎ しめじ パセリ	米・しょうゆ・上白糖・みりん 酒・なたね油・マカロニ マヨネーズ・星たべよ ホットケーキミックス
3	火	牛乳 バタークッキー	カレーライス ツナサラダ オレンジゼリー	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	米・じゃが芋・カレールー・なたね油 ごまだれ・オレンジゼリー バタークッキー・食パン マーガリン・グラニュー糖
4	水	牛乳 味しらべ	ご飯 カレイの煮付け 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 生クリーム 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・しょうゆ みりん・里芋・酒 片栗粉・味しらべ さつま芋・有塩バター
5	木	牛乳 オレンジ	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 コンソメ 牛乳	玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ ごぼう・きゅうり 人参・パセリ オレンジ・菜飯の素	ロールパン・上白糖 なたね油・ごまだれ じゃが芋 米
6	金	牛乳 マリービスケット	ご飯 メンチカツ 切干大根の煮物 味噌汁	牛乳 プリン マリービスケット	メンチカツ ちくわ 味噌 牛乳	ケチャップ・切干大根 人参・グリーンピース 小松菜 もやし	米・なたね油・とんかつソース しょうゆ・上白糖 マリービスケット プリンミックス
7	土	牛乳 サラダせん	あんかけうどん かぼちゃの煮物 バナナ	牛乳 ワッフル たべっ子ベイビー	鶏肉 揚げ 色板 牛乳	わかめ・なめこ ほうれん草・かぼちゃ 絹さや バナナ	うどん・みりん しょうゆ・片栗粉 上白糖・サラダせん ワッフル・きなこ餅せんべい
9	月	牛乳 ぱりんこ	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 チャンボンスライス・かつお節 絹ごし豆腐・味噌 牛乳・コンソメ	玉ねぎ・人参 みつば・白菜 えのき・わかめ ねぎ	米・上白糖 しょうゆ・ぱりんこ なたね油 カットポテト
10	火	牛乳 ビスコ	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 コンソメ 牛乳 鮭フレーク	キャベツ・玉ねぎ ケチャップ・人参 ブロッコリー・しめじ コーン・ねぎ	ドッグパン・カレー粉・しょうゆ なたね油・スパゲティ マヨネーズ・ビスコ 米・ごま
11	水	牛乳 サラダせん	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	ホキ 白味噌 牛乳 鶏卵	キャベツ・人参 しその香・玉ねぎ ねぎ レモン	米・上白糖・酒・ごま そうめん・しょうゆ サラダせん・小麦粉 マーガリン
12	木	牛乳 たべっ子ベイビー	ご飯 チャプチェ しゅうまい 大根スープ	牛乳 りんご寒天 味しらべ	豚肉 チキンスープ シューマイ 牛乳	人参・にら 玉ねぎ・干し椎茸 わかめ・大根 ねぎ	米・しょうゆ・上白糖 ごま油・春雨・ごま たべっ子ベイビー・寒天 アップルジュース・味しらべ
13	金	牛乳 バナナ	ハヤシライス チキンサラダ いちごゼリー	牛乳 揚げさつまいも	豚肉 コンソメ ささみ 牛乳	玉ねぎ・人参 トマト缶 ケチャップ・キャベツ コーン・バナナ	米・なたね油 ハヤシフレーク・ごまだれ ストロベリーゼリー・さつま芋 グラニュー糖
14	土	牛乳 マリービスケット	じゃこチャーハン 味噌汁 りんご	牛乳 サラダせん きなこ餅せんべい	ちりめんじゃこ チキンスープ 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン かぼちゃ りんご	米・なたね油・しょうゆ マリービスケット サラダせん きなこ餅せんべい
16	月	牛乳 星たべよ	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	木綿豆腐・豚ミンチ 味噌・鶏卵 チキンスープ 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・グリーンピース きゅうり わかめ・ねぎ	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・春雨 青じそドレッシング・星たべよ ルヴァン・ブルーベリージャム
17	火	牛乳 バタークッキー	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 人参・インゲン わかめ・ねぎ バナナ	米・酒・しょうゆ 上白糖・じゃが芋 バタークッキー コーンフレーク

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					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
18	水	牛乳 味しらべ	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 ねぎ・ごぼう 絹さや りんご	うどん・上白糖・しょうゆ みりん・ごま油・ごま 味しらべ・ホットケーキ マーブルシロップ
19	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・木綿豆腐 かつお節・味噌 牛乳・豚ミンチ 鶏卵	白菜・玉ねぎ・えのき 人参・グリーンピース・キャベツ きゅうり・もやし・ねぎ オレンジ・青のり	米・上白糖・しょうゆ みりん・おつゆ麩 天かす・長芋 小麦粉・お好みソース
20	金	牛乳 マリービスケット	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・鶏卵 ウインナー・コンソメ 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・ピーマン ケチャップ・大根 しめじ・人参 ねぎ・いちご	米・片栗粉・なたね油・酢・しょうゆ 上白糖・タルタルソース・スパゲティ マリービスケット・アップルジュース 小麦粉・ココア・有塩バター
21	土	牛乳 サラダせん	ちゃんぽんめん 小松菜のツナ和え オレンジ	牛乳 ぼたぼた焼 マリービスケット	豚肉・チャンポンスライス チキンスープ ツナ 牛乳	キャベツ・玉ねぎ 人参・にら 小松菜 オレンジ	中華そば・ごま油 酒・しょうゆ・上白糖 サラダせん・ぼたぼた焼 マリービスケット
23	月	牛乳 ぱりんこ	他人井 切干大根のごま和え 味噌汁	牛乳 フルーチェ 醤油せんべい	牛肉・鶏卵 ちりめんじゃこ 味噌・牛乳 フルーチェ(イチゴ)	玉ねぎ・みつば・のり 切干大根・インゲン 人参・白菜 しめじ・ねぎ	米・しょうゆ みりん・上白糖 ごま・ぱりんこ 醤油せんべい
24	火	牛乳 ビスコ	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 コンソメ きな粉	菜めしの素・玉ねぎ・人参 ピーマン・ケチャップ ブロッコリー・コーン しめじ・パセリ	米・じゃが芋・なたね油 ウスターソース・ごまだれ ビスコ・小麦粉 マーガリン・上白糖
25	水	牛乳 サラダせん	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 ちりめんじゃこ・絹ごし豆腐 揚げ・味噌 牛乳・鶏卵	椎茸・ごぼう・人参 大根・しょうが 絹さや・きゅうり わかめ・ねぎ	米・突きこんにやく・しょうゆ 上白糖・酒・なたね油・酢 しょうゆ・サラダせん・食パン バニラエッセンス
26	木	牛乳 たべっ子ベイビー	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・ピーマン ケチャップ・かぼちゃ 人参・きゅうり りんご・バナナ	スパゲティ・なたね油 ウスターソース・上白糖・マヨネーズ たべっ子ベイビー・ホットケーキミックス 小麦粉・マーガリン
27	金	牛乳 バナナ	筍ご飯 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	揚げ・赤魚 白味噌 小判型がんも 牛乳	たけのこ・人参 グリーンピース・インゲン えのき・白菜 みつば・バナナ	米・しょうゆ 上白糖・小麦粉 マーガリン マーマレード
28	土	牛乳 マリービスケット	チキンライス 野菜スープ オレンジ	牛乳 ココナッツサブレ サラダせん	コンソメ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ・ミックスベジタブル ケチャップ・キャベツ 人参・ねぎ オレンジ	米・なたね油 マリービスケット ココナッツサブレ サラダせん

☆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。



ご入園おめでとうございます。

**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。**