



4月の献立表



2023年

社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	体の調子をととのえる(きいろ)	力や熱となる(みどり)
1	土	マーボ丼, 春雨スープ, ナムル	13時降園	木綿豆腐, 豚ひき肉	胚芽米, ごま油, 三温糖, 片栗粉, はるさめ 普通はるさめ 乾	人参, 長ネギ, たまねぎ, (乾)しいたけ, ほうれんそう, もやし
3	月	カレーライス, コールスローサラダ, 野菜スープ, オレンジ	豆乳ホットケーキ, 牛乳	豚肉	胚芽米, 押麦, じゃがいも, 食塩不使用バター, 油, 小麦粉, マヨドレ, すりごま白, 三温糖	にんにく, たまねぎ, ピーマン, にんじん, キャベツ, ホールコーン缶, 人参, ほうれんそう, えのきオニオン
4	火	もちきびご飯, 白身魚の揚げ煮, インゲン炒め, みそ汁, パナナ	さつま芋のレモン煮, 牛乳	白身魚, 鶏もも肉, 削り節, みそ	胚芽米, もちきび, 片栗粉, 油, 酒, 三温糖	いんげん, 人参, もやし, 小松菜, まいたけ, パナナ
5	水	ミートソースパグティ, グリーンサラダ, 豆乳スープ, りんご	おかかおにぎり, 牛乳	豚ひき肉, 粉チーズ, 調製豆乳	スパゲッティ, 油, ごま油, ごま いり, オリーブ油	たまねぎ, 人参, ピーマン, にんにく, 生しいたけ, ホールトマト缶, レタス, きゅうり, トマト, ブロッコリー, しめじ, りんご
6	木	ご飯(強化米), ぎせい豆腐, かぼちゃのサラダ, すまし汁, パナナ	マカロニきな粉, 牛乳	木綿豆腐, 鶏ひき肉, 卵, ヨーグルト, 削り節	胚芽米, 強化米新玄, 油, 三温糖, マヨネーズ	人参, 長ネギ, (乾)しいたけ, かぼちゃ, きゅうり, レーズン, 小松菜, えのき, パナナ
7	金	親子丼, もずくの酢の物, みそ汁, りんご	ツナマヨおにぎり, 牛乳	鶏もも肉, 卵, 油揚げ, かつお節, みそ	胚芽米, 三温糖	たまねぎ, 人参, (乾)しいたけ, ほうれんそう, もずく, しょうが, レモン汁, きゅうり, 大根, ネギ
8	土	五目うどん, かぼちゃの天ぷら, オレンジ	ぼたぼた焼き, 牛乳	油揚げ, なた	ゆでうどん, 小麦粉, 油	たまねぎ, 人参, チンゲンサイ, もやし, かぼちゃ, オレンジ
10	月	もちきびご飯, 鮭のクリーム煮, 大根サラダ, アーサ汁, パナナ	黒糖カステラ, 牛乳	鮭, 無調整豆乳, 沖縄豆腐, かつお節	胚芽米, もちきび, 押麦, 小麦粉, 食塩不使用バター, ごまドレッシング	チンゲンサイ, たまねぎ, コーン缶, 大根, きゅうり, 赤パプリカ, 黄パプリカ, あおさ, パナナ
11	火	パン, ミネストローネ, ポテトサラダ, チキンナゲット, フルーツヨーグルト	しらすとしそのおにぎり, 牛乳	ベーコン, 大豆水煮缶, ゆで卵, ヨーグルト, 鶏ひき肉, 沖縄豆腐	ロールパン 30g, じゃがいも, マヨドレ, 小麦粉, 片栗粉, 油	キャベツ, たまねぎ, 人参, セロリ, ホールトマト缶, きゅうり, りんご, にんにく, パナナ, みかん缶
12	水	三食丼, きゅうりの酢の物, みそ汁, りんご	もずく入りひらやーちー, 牛乳	鶏ひき肉, 卵, かつお節, みそ	胚芽米, 三温糖, さといも	しょうが, ほうれんそう, きゅうり, カットワカメ, しめじ, ネギ, りんご
13	木	お弁当会	米粉のバイナップルケーキ, 牛乳			
14	金	胚芽米雑穀ご飯, 魚の天ぷら, クーフリチー, ゆし豆腐, はっさく	味噌おにぎり, 牛乳	白身魚, 卵, 豚肉, ゆし豆腐, かつお節	胚芽米, 押麦, もちきび, 小麦粉, 油, こんにゃく, しらたき	青のり, 刻み昆布, 切干しいたこん, 人参, ネギ, はっさく
15	土	ケチャップチキンライス, ブロッコリーのサラダ, コーンとほうれん草のスー	ビスケット, 牛乳	鶏もも肉, 無調整豆乳	胚芽米, グリンピース, 油, フレンチドレッシング	人参, たまねぎ, 黄パプリカ, ブロッコリー, コーン缶, クリームコーン缶, ほうれんそう, しめじ
17	月	マーボ丼, 春雨スープ, ナムル, オレンジ	麩のきなこラスク, 牛乳	木綿豆腐, 豚ひき肉	胚芽米, ごま油, 三温糖, 片栗粉, はるさめ 普通はるさめ 乾	人参, 長ネギ, (乾)しいたけ, ほうれんそう, もやし, オレンジ
18	火	ご飯(強化米), 鶏のマヨネーズ焼き, きゃべつの和え物, みそ汁(じゃが芋)	青菜おにぎり, 牛乳	鶏もも肉, 普通牛乳, 粉チーズ, 花かつお, 削り節, みそ	胚芽米, 強化米新玄, マヨドレ, パン粉, じゃがいも	たまねぎ, 人参, ほうれんそう, キャベツ, きゅうり, カットワカメ, パナナ
19	水	カレーライス, コールスローサラダ, 野菜スープ, オレンジ	ふかし芋, 牛乳	豚肉	胚芽米, 押麦, じゃがいも, 食塩不使用バター, 油, 小麦粉, マヨドレ, すりごま白, 三温糖	にんにく, たまねぎ, ピーマン, にんじん, キャベツ, ホールコーン缶, 人参, ほうれんそう, えのきオニオン
20	木	もちきびご飯, 白身魚の揚げ煮, インゲン炒め, みそ汁, ドライブルー	ほうれん草蒸しパン, 牛乳	白身魚, 鶏もも肉, 削り節, みそ	胚芽米, もちきび, 片栗粉, 油, 酒, 三温糖	いんげん, 人参, もやし, 小松菜, しめじ, ドライブルー 10g
21	金	ミートソースパグティ, グリーンサラダ, 豆乳スープ, りんご	ゆかりおにぎり, 牛乳	豚ひき肉, 粉チーズ, 調製豆乳	スパゲッティ, 油, ごま油, ごま いり, オリーブ油	たまねぎ, 人参, ピーマン, にんにく, 生しいたけ, ホールトマト缶, レタス, きゅうり, トマト, ブロッコリー, しめじ, りんご
22	土	焼きうどん, みそ汁, りんご	くろ棒, 牛乳	豚肉, 削り節, 沖縄豆腐, みそ	ゆでうどん, 油	キャベツ, もやし, 人参, たまねぎ, 生しいたけ, カットワカメ, りんご
24	月	ご飯(強化米), ぎせい豆腐, かぼちゃのサラダ, すまし汁, パナナ	アメリカンドッグ, 牛乳	木綿豆腐, 鶏ひき肉, 卵, ヨーグルト, 削り節	胚芽米, 強化米新玄, 油, 三温糖, マヨネーズ	人参, 長ネギ, (乾)しいたけ, かぼちゃ, きゅうり, レーズン, 小松菜, えのき, パナナ
25	火	親子丼, もずくの酢の物, みそ汁, シークァーサーゼリー	小松菜のポテトおやき風, 牛乳	鶏もも肉, 卵, 油揚げ, かつお節, みそ	胚芽米, 三温糖	たまねぎ, 人参, (乾)しいたけ, ほうれんそう, もずく, しょうが, レモン汁, きゅうり, 大根, ネギ
26	水	パン, ミネストローネ, ポテトサラダ, チキンナゲット, フルーツヨーグルト	♡お誕生日会♡ お誕生日ケーキ, ジョア	ベーコン, 大豆水煮缶, ゆで卵, ヨーグルト, 鶏ひき肉, 沖縄豆腐	ロールパン 30g, じゃがいも, マヨドレ, 小麦粉, 片栗粉, 油	キャベツ, たまねぎ, 人参, セロリ, ホールトマト缶, きゅうり, りんご, にんにく, パナナ, みかん缶
27	木	あわご飯, 鮭のクリーム煮, 大根サラダ, アーサ汁, パナナ	わかめおにぎり, 牛乳	鮭, 無調整豆乳, 沖縄豆腐, かつお節	胚芽米, あわ, 小麦粉, 食塩不使用バター, ごまドレッシング	チンゲンサイ, たまねぎ, コーン缶, 大根, きゅうり, 赤パプリカ, 黄パプリカ, あおさ, パナナ
28	金	三食丼, きゅうりの酢の物, みそ汁, りんご	かりんとう, 牛乳	鶏ひき肉, 卵, かつお節, みそ	胚芽米, 三温糖, さといも	しょうが, ほうれんそう, きゅうり, カットワカメ, しめじ, ネギ, りんご
29	土	昭和の日				

* 献立は都合により変更することがあります

* 毎月第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくお願ひします。

