

4月 こ ん だ て

日 (曜)	朝おやつ (1・2歳)	お昼のこんだて	3時のおやつ	延長食	力のもとになる	血や肉をつくる	体の調子をととのえる	調味料
14 ・ 28 (月)	牛乳	ごはん ハヤシ 春雨サラダ 味噌汁(なめこ・万能葱)	きな粉サンド 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米・食パン サラダ油・春雨 砂糖・ごま油	豚もも肉 きな粉・豆乳・牛乳	玉葱・マッシュルーム・人参 赤パプリカ・きゅうり・ひじき なめこ・万能葱	ハヤシルウ・醤油・酢 味噌 煮干しだし・昆布だし
1 ・ 15 (火)	牛乳	ふんわり食パン ハンバーグ コールスロー ポテトスープ(じゃが芋・パセリ) りんご	昆布おにぎり 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	ふんわり食パン・パン粉 じゃが芋・七分つき米 サラダ油・砂糖	豚ひき肉・豆腐 高野豆腐・チーズ 牛乳	玉葱・キャベツ・きゅうり・人参 パセリ缶・りんご・塩昆布 焼き海苔	塩・ケチャップ・ソース 酢・コンソメ・醤油
2 16 30 (水)	牛乳	ごはん 鮭の塩焼き ひじきのサラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	抹茶マフィン 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米 ホットケーキミックス 砂糖・ごま油・マーガリン	鮭・豆腐・牛乳	ひじき・人参・コーン缶・ほうれん草 わかめ・抹茶	塩・醤油・酢・味噌 煮干しだし・昆布だし
3 ・ 17 (木)	牛乳	ごはん チーズささみフライ ほうれん草のサラダ 味噌汁(大根・ニラ)	わかめうどん 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米・うどん 薄力粉・パン粉・砂糖・ごま油 サラダ油	ささみ・粉チーズ かにかま・かまぼこ 牛乳	ほうれん草・人参・コーン缶 大根・ニラ・わかめ	塩・ソース・醤油・酢 味噌・酒・みりん かつおだし・めんつゆ 煮干しだし・昆布だし
4 ・ 18 (金)	牛乳	ごはん かれのい香味焼き かにかまサラダ すまし汁(なると・小松菜)	ポテトフライ(青海苔) 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米 砂糖・ごま油・サラダ油 じゃが芋	かれのい・かにかま なると・牛乳	長葱・生姜・キャベツ・人参 きゅうり・ひじき・コーン缶 小松菜・青海苔	酒・みりん・醤油・酢・塩 かつおだし・昆布だし
5 ・ 19 (土)	牛乳	ごはん 揚げ出し豆腐 水菜のサラダ 味噌汁(切干大根・しめじ)	ホットケーキ 牛乳	なし	七分つき米 砂糖・片栗粉・サラダ油 ごま油・ホットケーキミックス メープルシロップ	豆腐・鶏ひき肉 ハム・牛乳	水菜・きゅうり・人参・切干大根 しめじ・ひじき	醤油・みりん・酒 かつおだし・酢・味噌
7 ・ 21 (月)	牛乳	豚肉のスタミナ丼 ツナサラダ かぶのスープ(かぶ・かぶの葉)	ぶどうゼリー ミニ若菜おにぎり 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米 砂糖・ごま油	豚もも肉・ツナ缶 ゼラチン 牛乳	玉葱・生姜・ニラ・切干大根 人参・きゅうり・黄パプリカ かぶ・かぶの葉 ぶどうジュース・若菜の素	醤油・酒・みりん・酢 コンソメ・塩
8 ・ 22 (火)	牛乳	ごはん かじきのステーキ ブロッコリーのおかか和え すまし汁(かにかま・ほうれん草) オレンジ	チーズマフィン 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米 ごま油・砂糖 ホットケーキミックス サラダ油	かじき・かまぼこ かつお節・かにかま チーズ・牛乳	ブロッコリー・人参・コーン缶 ほうれん草・オレンジ	醤油・酒・みりん・塩 かつおだし・昆布だし
9 ・ 23 (水)	牛乳	ごはん 鶏肉のトマトソースがけ もやしナムル 味噌汁(えのき・チンゲン菜)	蒸しパン 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米 砂糖・ごま油 ホットケーキミックス・サラダ油	鶏もも肉 牛乳	玉葱・赤パプリカ・トマト缶 もやし・ほうれん草・人参・ひじき えのき・チンゲン菜	酒・塩・コンソメ・醤油・酢 味噌・ケチャップ 煮干しだし・昆布だし
10 ・ 24 (木)	牛乳	ごはん 鱈の竜田揚げ 春キャベツのサラダ オニオンスープ(玉葱・コーン缶) バナナ	10日: 炊き込みごはん 24日: (誕生日ケーキ) みかんケーキ 牛乳	ベビー スティック 麦茶	七分つき米 片栗粉・サラダ油 砂糖・ごま油 ホットケーキミックス・マーガリン	鱈・鶏もも肉 油揚げ・牛乳 生クリーム	生姜・春キャベツ・人参・きゅうり 黄パプリカ・玉葱・コーン缶 バナナ・みかん缶 ごぼう	醤油・みりん・酒・酢・塩 コンソメ・塩
11 ・ 25 (金)	牛乳	ごはん 松風焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁(茄子・長葱)	カレーピラフ 牛乳	ミニ のりすけ 麦茶	七分つき米・精白米 パン粉・砂糖・ごま 三温糖・マーガリン	鶏ひき肉・豆腐 高野豆腐 ウインナー・牛乳	玉葱・生姜・ひじき・大根・人参 いんげん・茄子・長葱 ピーマン・コーン缶	味噌・みりん・醤油・塩 コンソメ・カレー粉 煮干しだし・昆布だし
12 ・ 26 (土)	牛乳	ごはん ハニーチキン 小松菜のサラダ 味噌汁(麩・水菜)	フルーツヨーグルト 牛乳	きなこ せんべい 麦茶	七分つき米 はちみつ・砂糖・ごま油・麩	鶏もも肉 ヨーグルト・牛乳	小松菜・ひじき・人参・水菜 みかん缶・バナナ・白桃缶	醤油・みりん・酒・酢 味噌 かつおだし

* 材料の都合によりメニューに変更があることをご了承ください。
 * 完了食は白米を使用します。・完了食のりんご・梨は加熱して提供します。
 * 週2回午前のおやつに鉄牛乳を提供します。
 * 卵・そば・さば・魚卵・ピーナッツ・ナッツ類(栗、カカオは使用)・山芋・キウイ・イカは献立に使用しません。

＜献立作成者＞ 鶴野

末吉にこにこ保育園