

# 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
13・27(月)	牛乳	ごはん 鶏肉のトマトソースがけ 海藻サラダ 味噌汁(キャベツ・しめじ)	抹茶マフィン  牛乳	ベビースティック  麦茶	七分つき米 春雨・砂糖・ごま油 ホットケーキミックス マーガリン	鶏もも肉 かにかま 牛乳	玉葱・しめじ・トマト缶 わかめ・ひじき・きゅうり コーン缶・キャベツ 抹茶	酒・塩・コンソメ 醤油・酢・ケチャップ 味噌 煮干しだし・昆布だし
14・28(火)	牛乳	ごはん かれいの香味焼き ひじきの煮物 若竹汁(たけのこ・わかめ)	コーンピラフ  牛乳	ミニのりすけ  麦茶	七分つき米・精白米 砂糖・ごま油 三温糖・マーガリン	かれい・大豆 ウイナー 牛乳	長葱・生姜・ひじき・人参 いんげん・たけのこ水煮・わかめ コーン缶・ピーマン	醤油・酒・みりん 塩・コンソメ  かつおだし・昆布だし
1・15(水)	牛乳	ごはん ハヤシ ほうれん草のごま和え 味噌汁(なめこ・ニラ)	スノーボール  牛乳	きなこせんべい  麦茶	七分つき米・薄力粉 サラダ油・ごま・砂糖 粉糖	豚もも肉 竹輪 牛乳	玉葱・マッシュルーム・人参 ほうれん草・なめこ・ニラ りんご	ハヤシルウ・醤油 味噌  煮干しだし・昆布だし
2・16・30(木)	ミロ	超熟ロール コロッケ フレンチサラダ かぶのスープ(かぶ・かぶの葉)	昆布おにぎり  牛乳	ベビースティック  麦茶	超熟ロール・七分つき米 じゃが芋・薄力粉・パン粉 サラダ油・砂糖	豚ひき肉 チーズ 牛乳	玉葱・キャベツ・人参・きゅうり かぶ・かぶの葉 塩昆布・海苔	ソース・ケチャップ 酢・塩・醤油・コンソメ
3・17(金)	ミロ	ごはん かじきのソース煮 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(豆腐・チンゲン菜)	りんごゼリー ミニわかめおにぎり  牛乳	ミニのりすけ  麦茶	七分つき米 砂糖・片栗粉	かじき かまぼこ・かつお節 豆腐・ゼラチン 牛乳	生姜・ブロッコリー・人参 コーン缶・チンゲン菜 りんごジュース わかめの素・海苔	ソース・醤油 味噌  煮干しだし・昆布だし
4・18(土)	牛乳	ごはん 豚肉のオイスター炒め 小松菜のサラダ 味噌汁(じゃが芋・えのき)	フルーツヨーグルト  牛乳	なし	七分つき米 サラダ油 砂糖・ごま油・じゃが芋	豚もも肉 ヨーグルト 牛乳	玉葱・小松菜・ひじき・人参 黄パプリカ えのき・みかん缶・バナナ 白桃缶	オイスターソース・酒 醤油・酢・味噌  かつおだし
6・20(月)	牛乳	ごはん 鶏つくね ツナサラダ オニオンスープ(玉葱・パセリ)	チャーハン  牛乳	きなこせんべい  麦茶	七分つき米・精白米 パン粉・砂糖・ごま油	鶏ひき肉 豆腐・高野豆腐 ツナ缶・ウイナー 牛乳	玉葱・生姜・切干大根・人参 きゅうり・黄パプリカ 長葱・パセリ缶	味噌・みりん・醤油 酢・塩・コンソメ 鶏がら
7・21(火)	牛乳	ごはん 鮭の照り焼き もやしナムル 味噌汁(茄子・小松菜)	わかめうどん  牛乳	ベビースティック  麦茶	七分つき米・うどん 砂糖・片栗粉 ごま油	鮭 かまぼこ 牛乳	もやし・ほうれん草・人参 ひじき・茄子・小松菜・わかめ	醤油・みりん・酒 酢・味噌・めんつゆ・塩 かつおだし 煮干しだし・昆布だし
8・22(水)	牛乳	スタミナ丼 春キャベツのサラダ 白菜スープ(白菜・コーン)	ジャムサンド  牛乳	ミニのりすけ  麦茶	七分つき米・食パン 砂糖・ごま油・じゃが芋 いちごジャム ブルーベリージャム	豚もも肉 牛乳	玉葱・ニラ・生姜・オレンジ キャベツ・ひじき・人参・きゅうり 黄パプリカ・白菜・コーン缶	醤油・酒・みりん 酢・コンソメ・塩
9・23(木)	ミロ	ごはん 鶏の唐揚げ アスパラとほうれん草のソテー 味噌汁(人参・万能葱)	9日: たけのこ入り炊き込みご飯 23日: (誕生日ケーキ) みかんケーキ 牛乳	きなこせんべい  麦茶	七分つき米 片栗粉・薄力粉・サラダ油 マーガリン・三温糖 ホットケーキミックス・砂糖	鶏もも肉 ベーコン・生クリーム 油揚げ 牛乳	生姜・ほうれん草・アスパラガス 万能葱・人参 たけのこ水煮・ひじき みかん缶	醤油・みりん・酒 味噌 かつおだし 煮干しだし・昆布だし
10・24(金)	ミロ	ごはん 鯖のごま味噌焼き 切干大根のサラダ すまし汁(かにかま・ほうれん草)	きな粉豆腐ドーナツ  牛乳	ベビースティック  麦茶	七分つき米 砂糖・ごま油・じゃが芋 ホットケーキミックス グラニュー糖・ごま	鯖 かにかま 豆腐 牛乳	切干大根・きゅうり・人参・ひじき ほうれん草 バナナ・きな粉	味噌・酒・みりん 醤油・酢・塩  かつおだし・昆布だし
11・25(土)	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 水菜のサラダ 味噌汁(麩・白菜)	ココアホットケーキ  牛乳	なし	七分つき米 砂糖・ごま油 麩・ホットケーキミックス	豆腐 豚ひき肉 牛乳	玉葱・生姜・水菜・ひじき きゅうり・人参・白菜 ココア	味噌・醤油・オイスターソース 酢  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。

<献立作成者> 鶴野

末吉にこにこ保育園

\* 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。

\* 卵・そば・さば・魚卵・ピーナッツ・ナッツ類(栗、ココアは使用)・山芋・キウイ・イカは献立に使用しません。