



4月の献立表



令和3年4月1日発行 社会福祉法人中日会
J-スカイ保育園・保育ルームルナⅧ喜多山

日	献立	おやつ(15時)	体をつくるもとになる食材(赤群)	エネルギーのもとになる食材(黄群)	体の調子を整える食材(緑群)
1日(木)	ごはん、鶏のすき煮、きゅうりのあえもの	フルーツミックス パウムクーヘン	鶏肉、ツナ缶	砂糖、バナナ	白菜、人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ、きゅうり、みかん缶、白桃缶、パイナップル缶
2日(金)	ロールパン、ポークシチュー、ソテー	若菜ごはん	豚肉	じゃが芋、油、上新粉、	人参、玉ねぎ、コーン缶、きゃべつ
3日(土)	煮込みうどん	スティックパン プリン	鶏肉、油揚げ、花かつお	うどん	人参、ほうれん草
5日(月)	ごはん、肉じゃが、酢の物	ヨーグルト おせんべい	豚肉、しらす干し、ヨーグルト	じゃがいも、砂糖	人参、玉ねぎ、きゅうり、みかん缶
6日(火)	ロールパン、ツナスパゲッティ、わかめスープ	おふのきな粉 ラスク	ツナ缶、わかめ、きな粉	スパゲッティ、砂糖	玉ねぎ、人参、ピーマン、えのき草
7日(水)	ごはん、炒り豆腐、さつま芋の煮物、パイナップル缶	チーズスティック	豆腐、豚肉、バター、粉チーズ	油、砂糖、さつま芋、食パン	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、パイナップル缶
8日(木)	ロールパン、クリームシチュー、ドレッシングあえ	ゆかりごはん	豚肉、スキムミルク、わかめ	じゃが芋、油、上新粉、砂糖	人参、玉ねぎ、きゃべつ
9日(金)	ごはん、白身魚の照り焼き、じゃが芋の煮付け	いちごジャムサンド	白身魚	砂糖、じゃが芋、油、食パン	しょうが、玉ねぎ、人参、さやいんげん
10日(土)	肉うどん	バナナ おせんべい	豚肉	うどん	人参、玉ねぎ、青菜
12日(月)	たきこみごはん、みそ汁、オレンジ	蒸しパン	鶏肉、油揚げ、赤みそ、牛乳	じゃが芋、小麦粉、砂糖	人参、しめじ、さやえんどう、玉ねぎ、オレンジ
13日(火)	ごはん、白身魚の竜田揚げ、おひたし、パイナップル缶	おにまんじゅう	白身魚、花かつお	片栗粉、油、小麦粉、さつま芋、砂糖	しょうが、きゃべつ、人参、ほうれん草、パイナップル缶
14日(水)	ごはん、けんちん汁、南瓜煮付け	焼きそば	豆腐、鶏肉、ツナ缶	ごま油、砂糖、中華麺	大根、人参、えのき草、ねぎ、南瓜
15日(木)	ロールパン、ポークシチュー、ソテー	若菜ごはん	豚肉	じゃが芋、油、上新粉、	人参、玉ねぎ、コーン缶、きゃべつ
16日(金)	ごはん、鶏のすき煮、きゅうりのあえもの	フルーツミックス パウムクーヘン	鶏肉、ツナ缶	砂糖、バナナ	白菜、人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ、きゅうり、みかん缶、白桃缶、パイナップル缶
17日(土)	煮込みうどん	スティックパン プリン	鶏肉、油揚げ、花かつお	うどん	人参、ほうれん草
19日(月)	ごはん、肉じゃが、酢の物	ヨーグルト おせんべい	豚肉、しらす干し、ヨーグルト	じゃがいも、砂糖	人参、玉ねぎ、きゅうり、みかん缶
20日(火)	ロールパン、ツナスパゲッティ、わかめスープ	おふのきな粉 ラスク	ツナ缶、わかめ、きな粉	スパゲッティ、砂糖	玉ねぎ、人参、ピーマン、えのき草
21日(水)	ごはん、炒り豆腐、さつま芋の煮物、パイナップル缶	チーズスティック	豆腐、豚肉、バター、粉チーズ	油、砂糖、さつま芋、食パン	玉ねぎ、人参、チンゲン菜、パイナップル缶
22日(木)	ロールパン、クリームシチュー、ドレッシングあえ	ゆかりごはん	豚肉、スキムミルク、わかめ	じゃが芋、油、上新粉、砂糖	人参、玉ねぎ、きゃべつ
23日(金) 誕生会	チキンライス、スープ、オレンジ	りんごマフィン	鶏肉、豆腐、卵、牛乳	ホットケーキミックス	玉ねぎ、エリンギ、グリーンピース、人参、あさつき、オレンジ、りんご
24日(土)	肉うどん	バナナ おせんべい	豚肉	うどん	人参、玉ねぎ、青菜
26日(月)	たきこみごはん、みそ汁、オレンジ	蒸しパン	鶏肉、油揚げ、赤みそ、牛乳	じゃが芋、小麦粉、砂糖	人参、しめじ、さやえんどう、玉ねぎ、オレンジ
27日(火)	ごはん、白身魚の照り焼き、じゃが芋の煮付け	いちごジャムサンド	白身魚	砂糖、じゃが芋、油、食パン	しょうが、玉ねぎ、人参、さやいんげん
28日(水)	ごはん、けんちん汁、南瓜煮付け	焼きそば	豆腐、鶏肉、ツナ缶	ごま油、砂糖、中華麺	大根、人参、えのき草、ねぎ、南瓜
30日(金)	ごはん、鶏のすき煮、きゅうりのあえもの	フルーツミックス パウムクーヘン	鶏肉、ツナ缶	砂糖、バナナ	白菜、人参、玉ねぎ、生しいたけ、ねぎ、きゅうり、みかん缶、白桃缶、パイナップル缶

- ★上記食材のほか、醤油等の調味料およびスープの素を使用しています。
- ★食材納品の関係により、急遽メニューの変更をすることがありますが、ご了承下さい。
- ★15時のおやつでは牛乳を提供致します。

