


予定献立

平成30年度
4月号

すぎのこ保育園

今月の平均カロリー 354kcal たんぱく質16.3g 脂質15.5g
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

新メニュー★ 手作りおやつ♪

	献立名	未満児主食	離乳食	材 料 名	お や つ
2月	親子煮 もやしのカレー炒め 春巻 ワカメと油揚げの味噌汁 いちご	親子丼	玉ねぎだし煮 鶏肉やわらか煮	鶏肉 玉ねぎ もやし 豚挽き肉 春巻 ワカメ 油揚げ いちご	前 牛乳 後 麦茶 オサツスティック♪
3火	焼魚(鮭) 煮玉子 大根の酢の物 豚キャベ汁 グレープフルーツ	ふりかけごはん	鮭だし煮 大根甘煮	鮭 卵 大根 人参 豚肉 キャベツ コーン缶 グレープフルーツ	前 飲むヨーグルト 後 牛乳 クリームパン
4水	ササミフライ 生野菜 白菜ベーコンスープ パイナップル	黒糖パン	ささみトロロ煮 キャベツスープ煮	ササミ キャベツ きゅうり 白菜 玉ねぎ ベーコン 人参 ぶどう	前 牛乳 後 コロコロゼリー♪
5木	豆腐ステーキ ベーコン三色炒め えのき変わり味噌汁 オレンジ	しらすごはん	豆腐だし煮 玉ねぎ甘煮	豆腐 豚挽肉 えのき 舞茸 インゲン コーン缶 ベーコン えのき オレンジ	前 牛乳 後 牛乳 きなこマカロニ♪
6金	チキンカレー 福神漬 マカロニサラダ 玉子スープ パナナ	カレーライス	肉じゃが風煮 ほうれん草だし煮	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも ハム マカロニ 卵 ほうれん草 パナナ	前 ヤクルト 後 牛乳 ドームケーキ
7土	ハムカツ 三色ピクルス 中華そば パイン缶	ごまおにぎり	大根スープ煮 豚肉トロロ煮	ハム 大根 人参 きゅうり 中華麺 豚肉 ほうれん草 パイン缶	前 牛乳 後 チーズ おかし
9月	★麻婆春雨 小松菜煮びたし ワカメごまスープ いちご	ふりかけごはん	小松菜だし煮 人参甘煮	豚挽肉 人参 春雨 ピーマン 小松菜 しめじ ワカメ 玉ねぎ いちご	前 牛乳 後 牛乳 リンゴホットケーキ♪
10火	タラのケチャップあん 温サラダ じゃがいも汁 キウイフルーツ	わかめごはん	たらだし煮 じゃがいもマッシュ	たら 玉ねぎ 人参 椎茸 キャベツ ピーマン じゃがいも 卵 キウイフルーツ	前 飲むヨーグルト 後 牛乳 とと焼き
11水	メンチカツ ササミとキャベツのサラダ たっぷりコーンスープ みかん缶	おにぎり	ササミトロロ煮 玉ねぎスープ煮	メンチカツ ササミ キャベツ きゅうり 鶏肉 玉ねぎ 卵 コーン缶 みかん缶	前 牛乳 後 ぶどうゼリー
12木	炒り鶏 おひたし ツナ大根炒め なめこ汁 パイナップル	のりたまごはん	人参だし煮 トロロ豆腐	鶏肉 人参 ごぼう 竹の子 豆腐 ほうれん草 ツナ なめこ ぶどう	前 牛乳 後 麦茶 肉まん
13金	ウインナーカレー 福神漬 マカロニスープ オレンジ	カレーライス	シチュウ風 マカロニスープ煮	ウインナー 豚挽肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ ベーコン マカロニ オレンジ	前 ヤクルト 後 牛乳 ハンバーガー♪
14土	ちくわのかき揚げ きんぴらごぼう うどん汁 黄桃缶	鮭おにぎり	人参甘煮 くたくたうどん	ちくわ 人参 ひじき ごぼう うどん 鶏肉 ほうれん草 なんと 黄桃缶	前 牛乳 後 チーズ おかし
16月	かぼちゃコロッケ 炒り豆腐 切干サラダ ワカメ玉子スープ いちご	ふりかけごはん	やわらか豆腐 人参スープ煮	かぼちゃコロッケ 豆腐 人参 椎茸 ツナ ワカメ 卵 いちご	前 牛乳 後 牛乳 原宿ドック
17火	赤魚の煮つけ きゅうりの酢の物 鶏汁 グレープフルーツ	のりたまごはん	鶏肉やわらか煮 きゅうりだし煮	赤魚 豆腐 きゅうり カニカマ 鶏肉 ごぼう しめじ 人参 グレープフルーツ	前 飲むヨーグルト 後 牛乳 ミニピザ♪
18水	カルボナーラ 野菜サラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	ハムサンド	キャベツスープ煮 ほうれん草煮	スパゲッティー カルボナーラソース キャベツ ベーコン 白菜 ほうれん草 キウイ	前 牛乳 後 麦茶 芋お焼き♪
19木	★鶏とコーンの団子蒸し もやしナムル ワンタンスープ オレンジ	なめたけごはん	鶏肉だし煮 チンゲン菜スープ煮	鶏挽肉 コーン缶 もやし 人参 ワンタン 玉ねぎ チンゲン菜 ぶどう	前 牛乳 後 牛乳 クリームコンフェ
20金	ポークカレー 福神漬 洋梨缶 しめじかき玉汁 コールスローサラダ	カレーライス	肉じゃが風 キャベツ甘煮	豚肉 人参 玉ねぎ じゃがいも ハム キャベツ しめじ 卵 洋梨缶	前 ヤクルト 後 プリン
21土	塩焼きそば もやしの酢の物 モロヘイヤスープ みかん缶	のりおにぎり	人参だし煮 トロロモロヘイヤ	焼きそば麺 豚肉 人参 キャベツ もやし きゅうり モロヘイヤ みかん缶	前 牛乳 後 チーズ おかし
23月	牛丼 ひじき煮 きゅうりの味噌マヨ和え ワカメの味噌汁 いちご	牛丼	豚肉やわらか煮 玉ねぎひじきだし煮	牛肉 玉ねぎ ひじき 豚挽肉 きゅうり ちくわ ワカメ 豆腐 いちご	前 牛乳 後 牛乳 カナッペ♪
24火	鮭回鍋肉風 ほうれん草きのこ和え ストウブ グレープフルーツ	ふりかけごはん	鮭だし煮 ほうれん草スープ煮	鮭 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 豚挽肉 豆腐 もやし グレープフルーツ	前 飲むヨーグルト 後 麦茶 あんまん
25水	チキンソテー ブロッコリーサラダ ミネストローネ オレンジ	ジャムサンド	鶏肉トロロ煮 ブロッコリースープ煮	鶏肉 ブロッコリー コーン缶 ベーコン 人参 じゃがいも トマト オレンジ	前 牛乳 後 ヨーグルト
26木	〈誕生会〉エビカツ ポテト サラダ トマト ワカメエノキスープ ゼリー	★チャーシュー 混ぜごはん	トマト甘煮 ワカメだし煮	エビ はんぺん ポテト レタス トマト ワカメ えのき 玉ねぎ ゼリー	前 牛乳 後 牛乳 ロールケーキ
27金	ハウレンソウカレー 福神漬 大根スープ パナナ	カレーライス	シチュウ風 大根スープ煮	ほうれん草 豚挽肉 人参 玉ねぎ 大根 じゃがいも 豚肉 パナナ	前 ヤクルト 後 牛乳 枝豆蒸しパン♪
28土	 お弁当の日	チャーハン	豆腐だし煮 ほうれん草スープ煮	卵 ごぼう 人参 豆腐 ハム なんと ほうれん草 玉麩 パナナ	前 牛乳 後 チーズ おかし
30月	振替休日				