



[平成31年度]
4月の献立 (16~30日)

[豊北きらきらこども園]

日	曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー
16	火	ごま入り卵焼き スパゲティ オレンジ	卵 ごま 砂糖 スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 キャベツ ハム ピーマン ケチャップ オレンジ	ゼリー	きな粉パン (バターロール 油 きな粉 砂糖)	453
17	水	フィッシュハンバーグ かみかみサラダ	えそミンチ 生姜 玉葱 人参 干し椎茸 豆腐 パン粉 卵 ケチャップ キャベツ 春雨 胡瓜 人参 さきいか 砂糖 酢	スティックパン	フルーツヨーグルト (ヨーグルト みかん缶 苺 バナナ パイン缶)	380
18	木	豆腐の真砂揚げ 中華風酢物	鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 むきえび しらす干し 卵 片栗粉 油 胡瓜 キャベツ 人参 春雨 魚肉ソーセージ 卵 酢	苺 クッキー	チョコスコーン (ホットケーキmix 卵 油 チョコレート)	437
19	金	魚のピカタ ひじきの煮物	魚 卵 小麦粉 油 鶏肉 ひじき 人参 油揚げ 板かま こんにゃく 砂糖 しょうゆ	ウエハース	りんごドーナツ (ホットケーキmix 小麦粉 卵 りんご)	358
20	土	焼きそば 枝豆 ゆで卵	焼きそば麺 玉葱 人参 豚肉 キャベツ さつま揚げ もやし 木耳 葱 板かま コンソメ 枝豆 卵	バナナ	オレンジジュース クッキー	346
22	月	洋風卵とじ お浸し	豚ミンチ 卵 豆腐 玉葱 人参 干し椎茸 ピーマン 砂糖 しょうゆ 小松菜 もやし かつお節 しょうゆ	カステラ	里芋と葱の和風スコーン (ホットケーキmix 里芋 葱 卵 牛乳 しょうゆ)	350
23	火	むきえびと野菜のかき揚げ 小松菜の和え物 【月組】味噌汁の日	えび 玉葱 人参 さつま芋 コーン グリンピース 卵 小麦粉 油 小松菜 もやし 竹輪 ごま 砂糖 醤油 キャベツ しめじ 豆腐 味噌 煮干し	オレンジ ソフトビス	バナナチョコケーキ (小麦粉 脱粉 卵 バナナ ココア バター 砂糖)	456
24	水	インド風唐揚げ ヨーグルトサラダ	魚 片栗粉 カレー粉 油 じゃが芋 人参 胡瓜 キャベツ 玉葱 ハム 卵 ヨーグルト マヨネーズ	りんご せんべい	お麩のふ〜ちゃん (麩 バター 砂糖)	350
25	木	オムレツ ピーナツ和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 ピーマン 卵 キャベツ 小松菜 ピーナツ 砂糖 しょうゆ	スティックパン	揚げせんべい (小麦粉 しらす干し 青のり ごま 牛乳 砂糖 油)	433
26	金	ポークピカタ 野菜ののり酢和え	豚肉 小麦粉 卵 粉チーズ 油 法連草 人参 もやし 胡瓜 のり かにかま 砂糖 酢	ミニ シュークリーム	フルーツケーキ (ホットケーキmix バナナ 卵 りんご バター)	405
27	土	スパゲティ ゆで卵 法連草ソテー	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 粉チーズ ケチャップ 卵 法連草 バター	バナナ	りんごジュース クッキー	346



●海・風組 10時のおやつに + 牛乳

●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)

