



# 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-
16 火	魚の照り焼き スパゲティサラダ	魚 生姜 砂糖 しょうゆ スパゲティ 胡瓜 人参 キャベツ プレスハム 卵 マヨネーズ	せんべい	桃のヨーグルト	315
17 水	洋風卵とじ 納豆和え	鶏ミンチ 人参 玉葱 じゃが芋 豆腐 ピーマン 卵 砂糖 しょうゆ 小松菜 キャベツ 人参 胡瓜 ひきわり納豆 しょうゆ	りんご ソフトビス	ジャムサンド (食パン 苺ジャム マーガリン)	355
18 木	酢豚 昆布和え	豚肉 生姜 しょうゆ 片栗粉 油 人参 玉葱 ピーマン 筍 じゃが芋 木耳 パイン缶 コンソメ ケチャップ 酢 キャベツ 胡瓜 塩昆布	スティックパン	動物ビスケット	349
19 金	キャベツバーグ 粉吹き芋 野菜付け合わせ	合挽肉 玉葱 キャベツ 卵 パン粉 ケチャップ 油 じゃが芋 キャベツ プチトマト	オレンジ クッキー	カスタードプリン (卵 牛乳 砂糖)	342
20 土	カレー ごま和え	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 南瓜 グリンピース 油 カレールー 小松菜 キャベツ 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ	バナナ	野菜・果実ジュース せんべい	367
22 月	五目豆 ブロッコリーの マヨネーズ焼き	鶏肉 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 里芋 竹輪 水煮大豆 昆布 生揚げ 干し椎茸 砂糖 しょうゆ ブロッコリー マヨネーズ レモン 砂糖	ウェハース	4種の野菜かりんとう	330
23 火	魚のかば焼き ポテトサラダ	魚 生姜 砂糖 しょうゆ 小麦粉 油 胡瓜 人参 キャベツ じゃが芋 プレスハム コーン みかん缶 マヨネーズ	りんご クッキー	クリームバナナ (牛乳 卵 小麦粉 砂糖)	349
24 水	ささ身のクラッカー揚げ 中華風酢物	ささ身 生姜 砂糖 しょうゆ 小麦粉 卵 クラッカー 油 キャベツ 胡瓜 人参 春雨 カニカマ ごま 砂糖 酢	ポーロ	フルーツ寒 (桃缶 みかん缶 バナナ 寒天 砂糖)	348
25 木	生揚げの煮物 胡瓜のごま和え	鶏肉 生揚げ 人参 里芋 大根 干し椎茸 砂糖 しょうゆ 胡瓜 キャベツ 竹輪 ごま 砂糖 しょうゆ	せんべい	ミレービスケット	311
26 金	五目卵焼き ヨーグルトサラダ	鶏ミンチ 人参 玉葱 ピーマン 卵 コーン 砂糖 じゃが芋 人参 胡瓜 ブロッコリー プレスハム 卵 ヨーグルト マヨネーズ	オレンジ クッキー	きな粉パン (バターロール 油 きな粉 砂糖)	428
27 土	焼きそば マヨネーズ和え	豚肉 人参 玉葱 もやし キャベツ 焼きそば麺 葱 板かま ソース 小松菜 人参 キャベツ プレスハム マヨネーズ	バナナ	りんごジュース クッキー	333
30 火	チキンピカタ 野菜ののり酢和え	鶏肉 小麦粉 卵 油 小松菜 人参 もやし 胡瓜 かにかま 焼きのり ごま 酢 砂糖 しょうゆ	クッキー	チョコスコーン (小麦粉 チョコレート 卵 油 砂糖)	351



●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)

●海・風組 10時のおやつに + 牛乳