

平成30年 4月

## 献立表

青梅みどり第二保育園

日 曜	おひる	おやつ	材 料 名			補食
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2 月	肉丼 みそ汁(豆腐・わかめ) もやしサラダ	ブアマンケーキ 牛乳 果物	胚芽米/サラダ油/三温糖 ごま油/薄力粉	豚もも肉/わかめ/木綿豆腐 煮干し/かつお節/みそ 牛乳	玉ねぎ/いんげん/もやし きゅうり/にんじん/果物	スパゲッティ 牛乳
3 火	ミルクロールパン コンソメスープ チキンディアブロ風 コールスローサラダ	ゴマ塩おにぎり 麦茶 果物	ミルクロールパン/パン粉 マヨネーズ/胚芽米/ごま	鶏もも肉	はくさい/玉ねぎ とうもろこし缶/キャベツ きゅうり/果物	うどん 牛乳
4 水	ゆかりごはん すまし汁(麩・みつば) 鮭の照り焼き ブロッコリーおかか和え	蒸しパン 牛乳 果物	胚芽米/焼きふ/三温糖 薄力粉/サラダ油	かつお節/こんぶ/鮭/牛乳	みつば/ブロッコリー にんじん	雑炊 牛乳
5 木	野菜うどん 高野豆腐の煮物 チーズ	ピラフ 牛乳 果物	うどん/三温糖/サラダ油 胚芽米/バター	凍り豆腐/豚もも肉/わかめ 鶏もも肉/チーズ/牛乳	ねぎ/大根/玉ねぎ にんじん/いんげん グリーンピース/果物	ジャムサンド 牛乳
6 金	ごはん すまし汁(豆腐・みつば) 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物	おふのココアラスク 牛乳 果物	胚芽米/三温糖/かたくり粉 サラダ油/バター	木綿豆腐/かつお節/こんぶ 豆腐/高野豆腐/きな粉 牛乳	みつば/しょうが にんじん/いんげん いんげん/果物	焼うどん 牛乳
7 土	鶏丼 中華風スープ いんげんサラダ	ジャムサンド 麦茶 果物	胚芽米/サラダ油/三温糖 ごま油/マヨネーズ/食パン	鶏もも肉	玉ねぎ/グリーンピース だいこん/しめじ/いんげん もやし/にんじん ブルーベリージャム/果物	チャーハン 牛乳
9 月	納豆ごはん 味噌汁(しめじ・大根) 松風やき キャベツソテー	マカロニきな粉和え 牛乳 果物	胚芽米/パン粉/サラダ油 ごま/マカロニ/三温糖	挽きわり納豆/みそ かつお節/こんぶ/鶏ひき肉 豆腐/高野豆腐/きな粉 牛乳	しめじ/だいこん/玉ねぎ キャベツ/にんじん とうもろこし缶/果物	スパゲッティ 牛乳
10 火	チーズパン わかめスープ タンドリーチキン 春雨サラダ	ひじきごはん 牛乳 果物	チーズパン/はるさめ 三温糖/ごま油/胚芽米	わかめ/鶏もも肉 ヨーグルト/ひじき/油揚げ しらす/牛乳	ねぎ/きゅうり/にんじん えのき/果物	うどん 牛乳
11 水	ごはん みそ汁(なめこ・玉葱) 魚の西京焼き 切り昆布煮付け	ソース焼きそば 牛乳 果物	胚芽米/マヨネーズ/三温糖 ごま/サラダ油/中華めん サラダ油	みそ/煮干し/かつお節 さわら/刻み昆布/竹輪 豚モモ/あおのり/牛乳	なめこ/玉ねぎ/にんじん キャベツ/もやし/果物	ジャムサンド 牛乳
12 木	スパゲティナポリタン 白菜スープ きゃべつと人参サラダ	ツナとなめたけご飯 麦茶 果物	スパゲッティ/サラダ油 マヨネーズ/胚芽米	豚もも肉/チーズ/ツナ缶 焼きのり	玉ねぎ/ピーマン/はくさい ピーマン/チンゲン菜 にんじん/なめたけ/果物	チャーハン 牛乳
13 金	とうもろこしごはん チンゲンサイスープ チキンカツ ひじきサラダ	ショートケーキ(幼) クリームパン(乳) 麦茶	胚芽米/サラダ油/マカロニ 薄力粉/パン粉/マヨネーズ ショートケーキ クリームパン	鶏もも肉/ひじき	とうもろこし缶/玉ねぎ ピーマン/チンゲン菜 きゅうり/にんじん	雑炊 牛乳
14 土	ほうれん草食パン 野菜スープ 豚肉と野菜の炒め煮	鮭おにぎり 麦茶 果物	ほうれん草食パン/サラダ油 胚芽米	豚もも肉/鮭	にんじん/えのき/キャベツ 玉ねぎ/果物	焼きおにぎり 牛乳
16 月	肉丼 みそ汁(豆腐・わかめ) もやしサラダ	ブアマンケーキ 牛乳 果物	胚芽米/サラダ油/三温糖 ごま油/薄力粉	豚もも肉/わかめ/木綿豆腐 煮干し/かつお節/みそ 牛乳	玉ねぎ/いんげん/もやし きゅうり/にんじん/果物	スパゲッティ 牛乳
17 火	ミルクロールパン コンソメスープ チキンディアブロ風 コールスローサラダ	ゴマ塩おにぎり 麦茶 果物	ミルクロールパン/パン粉 マヨネーズ/胚芽米/ごま	鶏もも肉	はくさい/玉ねぎ とうもろこし缶/キャベツ きゅうり/果物	うどん 牛乳
18 水	ゆかりごはん すまし汁(麩・みつば) 鮭の照り焼き ブロッコリーおかか和え	蒸しパン 牛乳 果物	胚芽米/焼きふ/三温糖 薄力粉/サラダ油	かつお節/こんぶ/鮭/牛乳	みつば/ブロッコリー にんじん	雑炊 牛乳

平成30年 4月

献立表

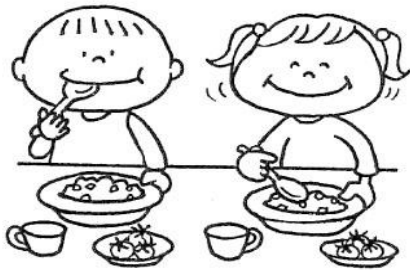
青梅みどり第二保育園

日 曜	おひる	おやつ	材 料 名			補食
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19 木	野菜うどん 高野豆腐の煮物 チーズ	ピラフ 牛乳 果物	うどん/三温糖/サラダ油 胚芽米/バター	凍り豆腐/豚もも肉/わかめ 鶏もも肉/チーズ/牛乳	ねぎ/大根/玉ねぎ にんじん/いんげん グリーンピース/果物	ジャムサンド 牛乳
20 金	ごはん すまし汁(豆腐・みつば) 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮物	おふのココアラスク 牛乳 果物	胚芽米/三温糖/かたくり粉 サラダ油/バター	木綿豆腐/かつお節/こんぶ 鶏もも肉/油揚げ/豆腐 牛乳	みつば/しょうが 切干大根/にんじん いんげん/果物	焼うどん 牛乳
21 土	鶏丼 中華風スープ いんげんサラダ	ジャムサンド 麦茶 果物	胚芽米/サラダ油/三温糖 ごま油/マヨネーズ/食パン	鶏もも肉	玉ねぎ/グリーンピース だいこん/しめじ/いんげん もやし/にんじん ブルーベリージャム/果物	チャーハン 牛乳
23 月	納豆ごはん 味噌汁(しめじ・大根) 松風やき キャベツソテー	マカロニきな粉和え 牛乳 果物	胚芽米/パン粉/サラダ油 ごま/マカロニ/三温糖	挽きわり納豆/みそ かつお節/こんぶ/鶏ひき肉 豆腐/高野豆腐/きな粉 牛乳	しめじ/だいこん/玉ねぎ キャベツ/にんじん とうもろこし缶/果物	スパゲッティ 牛乳
24 火	チーズパン わかめスープ タンドリーチキン 春雨サラダ	ひじきごはん 牛乳 果物	チーズパン/はるさめ 三温糖/ごま油/胚芽米	わかめ/鶏もも肉 ヨーグルト/ひじき/油揚げ しらす/牛乳	ねぎ/きゅうり/にんじん えのき/果物	うどん 牛乳
25 水	ごはん みそ汁(なめこ、玉葱) 魚の西京焼き 切り昆布煮付け	ソース焼きそば 牛乳 果物	胚芽米/マヨネーズ/三温糖 ごま/サラダ油/中華めん サラダ油	みそ/煮干し/かつお節 さわら/刻み昆布/竹輪 豚モモ/あおりのり/牛乳	なめこ/玉ねぎ/にんじん キャベツ/もやし/果物	ジャムサンド 牛乳
26 木	スパゲティナポリタン 白菜スープ きゃべつと人参サラダ	くるくるいちごパン 牛乳 果物	スパゲッティ/サラダ油 マヨネーズ くるくるいちごパン	豚もも肉/チーズ/牛乳	玉ねぎ/ピーマン/はくさい とうもろこし缶/キャベツ にんじん/果物	チャーハン 牛乳
27 金	ごはん すまし汁(しめじ・ねぎ) ささみフライ 二色ひたし	ホットケーキ 牛乳 果物	胚芽米/薄力粉/パン粉 サラダ油/三温糖 マーガリン メープルシロップ	かつお節/こんぶ/ささ身 牛乳	しめじ/ねぎ/キャベツ こまつな/果物	雑炊 牛乳
28 土	ほうれん草食パン 野菜スープ 豚肉と野菜の炒め煮	鮭おにぎり 麦茶 果物	ほうれん草食パン/サラダ油 胚芽米	豚もも肉/鮭	にんじん/えのき/キャベツ 玉ねぎ/果物	焼きおにぎり 牛乳

☆乳児クラスは9時の水分補給で牛乳がです  
 ☆仕入れの都合上、献立を変更する場合があります  
 ☆保育園のお米は胚芽米を使用しています  
 ☆13日はお誕生日会です

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
幼児	523	19.9	17.0
乳児	457	17.7	16.0

ご入園・ご進級おめでとうございます！！



今年度もよろしくお祈いします

