



4月献立表

仁川ウエル保育園

日	曜日	時間帯	献立	黄	赤	緑	その他
				熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	水	昼食	赤飯 さわらの西京焼き わかめ和え まり麩と三つ葉のお吸い物	こめ、もちこめ、くろごま さとう さとう、おりーぶゆ まりぶ	あずき こめみそ、しるみそ、さわら つなかん	きゅうり、かつとわかめ みつば	かつお・こんぶだしじる しょうゆ、す、しよくえん
		午後おやつ	さくらクッキー 牛乳	こむぎこ、ぐらにゅうとう	むえんばたー ぎゅうにゅう		食紅
2	木	昼食	ロールパン ハンバーグ スパゲッティサラダ コンスープ	ロールパン ばんこ スパゲティ、まよねーず	ぶたひきにく、ぎゅうひきにく、とうにゅう つなみずにかん とうにゅう	たまねぎ きゅうり クリームコーン、たまねぎ、こーん	けちやっぶ、うすたーそーず しよくえん、こしょう こんぞめ
		午後おやつ	ツナの炊き込みご飯 お茶	こめ、ごま	つなみずにかん	にんじん	しょうゆ
3	金	昼食	御飯 豚のしょうが焼き キャベツと白菜の塩昆布和え かぶのみそ汁	こめ	ぶたももにく こめみそ こしあん	たまねぎ、しょうが はくさい、きゃべつ、塩こんぶ かぶ、かぶの葉	しょうゆ かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	あんこパイ 牛乳	パイ皮	ぎゅうにゅう		
4	土	昼食	豚丼 白菜と人参のごま和え わかめと麩のみそ汁 ココアケーキ	こめ、さとう すりごま、さとう やきぶ ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	ぶたももにく こめみそ とうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ はくさい、にんじん かつとわかめ	しょうゆ かつお・こんぶだしじる ここあ
		午後おやつ	牛乳				
6	月	昼食	御飯 かれのいバターしょうゆ焼き ひじきの煮物 ほうれん草の味噌汁 ドーナツ	こめ さとう、いたこんにやく	かれのい、バター だいずみずにかんづめ、あぶらあげ こめみそ とうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん、ひじき、きぬさや たまねぎ、ほうれんそう	しょうゆ、しよくえん、こしょう かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう			
7	火	昼食	御飯 チキンソテー 春野菜のサラダ トマトスープ	こめ まよねーず	とりももにく つなみずにかん べーこん	きゃべつ、グリーンアスパラガス、にんじん ほーるとまとかんづめ、たまねぎ、にんじん	がらすーぶ、しよくえん、こしょう こんぞめ
		午後おやつ	ジャムサンド 牛乳	しよくばん	ぎゅうにゅう	いちごジャム	
8	水	昼食	御飯 磯辺揚げ 凍り豆腐の煮物 だいこんと油揚げのみそ汁	こめ こむぎこ、あぶら、かたくりこ さとう	卵なしちくわ 凍り豆腐 こめみそ、あぶらあげ	かぼちゃ、あおのり にんじん、しいたけ、きぬさや だいこん、ねぎ	しょうゆ かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	バナナケーキ 牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	とうにゅう ぎゅうにゅう	ばなな	
9	木	昼食	ミートスパゲッティ 三色マヨサラダ 春キャベツと玉ねぎのスープ	スパゲティ、おりーぶゆ、さとう まよねーず	ぶたひきにく	たまねぎ、ほーるとまとかんづめ、にんじん ぶろっこりー、にんじん、こーん きゃべつ、たまねぎ	けちやっぶ、こんぞめ、うすたーそーず しよくえん、こしょう しょうゆ、こんぞめ しよくえん
		午後おやつ	ふかし芋 牛乳	さつまいも	ぎゅうにゅう		
10	金	昼食	御飯 肉じゃが 白菜のごま和え あおさのみそ汁	こめ じゃがいも、さとう ごま、さとう	ぶたももにく しらすぼし きぬこしとうふ、こめみそ	にんじん、たまねぎ、きぬさや はくさい、にんじん あおさ	しょうゆ かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	とろとろわらび餅 牛乳	わらび餅粉、ぐらにゅうとう、さとう	きなこ ぎゅうにゅう		
11	土	昼食	肉うどん きゃべつのおかかあえ りんご	ゆでうどん、さとう	ぶたももにく かつおぶし	たまねぎ きゃべつ、にんじん りんご	しよくえん かつお・こんぶだしじる、しょうゆ
		午後おやつ	鮭おにぎり お茶	こめ	さけ		
13	月	昼食	御飯 鶏の唐揚げ 小松菜のお浸し 玉ねぎとりのりのみそ汁	こめ かたくりこ、あぶら ごま、さとう	とりももにく かつおぶし こめみそ	しょうが、にんにく こまつな、にんじん、しめじ たまねぎ、ねぎ、やきのり	しょうゆ かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	オレンジ寒天ゼリー 牛乳	ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう	おれんじ天然果汁、みかん缶、寒天	
14	火	昼食	御飯 たらのみそマヨ焼き キャベツとアスパラのごま和え なすと玉ねぎのみそ汁	こめ まよねーず、さとう さとう、すりごま	たら、こめみそ こめみそ	グリーンアスパラガス、にんじん、きゃべつ なす、たまねぎ、ねぎ	しょうゆ かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	大学芋 牛乳	さつまいも、さとう、くろごま	ぎゅうにゅう		しょうゆ
15	水	昼食	御飯 回鍋肉 春雨サラダ 玉ねぎとえのきの中華スープ	こめ さとう はるさめ、さとう かたくりこ	ぶたももにく、こめみそ、赤みそ つなみずにかん	きゃべつ、にんじん、ひーまん きゃべつ、にんじん たまねぎ、えのき	しょうゆ、す がらすーぶ、しよくえん
		午後おやつ	ごま団子 牛乳	しらたまこ、すりごま、さとう	きぬこしとうふ ぎゅうにゅう		
16	木	昼食	カレーライス 三色マヨサラダ バナナ チーズ	こめ、じゃがいも まよねーず	ぶたももにく	たまねぎ、にんじん ぶろっこりー、にんじん、こーん ばなな	かれーるう しよくえん、こしょう
		午後おやつ	フルーツヨーグルト 牛乳	ぐらにゅうとう	キャンディーチーズ よーぐると ぎゅうにゅう	りんご、みかんかん、ばなな	

17	金	昼食	たけのご飯 さわらのごま焼き フロッキーのおかかあえ 玉ねぎとおおさのみそ汁	こめ、さとう くるこま、すりこま、こま	さわら かつおぶし こめみそ	たけのこ、こんぶ ぶろっこりー、にんじん たまねぎ、おおさ	しょうゆ しょくえん かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	焼きそば お茶	ゆで中華めん	ぶたももにく	きゃべつ、たまねぎ、にんじん	やきそばそーす
18	土	昼食	牛丼 ほうれん草のお浸し 豆腐のすまし汁	こめ、さとう さとう	ぎゅうももにく かつおぶし きぬごしとうふ	たまねぎ ほうれんそう、にんじん ねぎ ぶどう天然果汁、かんてん	かつお・こんぶだしじる しょくえん
		午後おやつ	ぶどう寒天ゼリー 牛乳	ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう		
20	月	昼食	御飯 チキンカツ マカロニサラダ 野菜スープ	こめ こむぎこ、ばんこ、あぶら まかに、まよねーす	とりももにく ハム	きゅうり きゃべつ、こーん、たまねぎ	けちやっぶ、うすたーそーす しょくえん、こしょう こんそめ
		午後おやつ	おはぎ 牛乳	もちこめ、こめ、さとう	こしあん、きなこ ぎゅうにゅう		しょくえん
21	火	昼食	御飯 牛肉のしぐれ煮 切り干し大根の甘酢あえ かきたま汁	こめ しらたき、さとう さとう	ぎゅうももにく つなかん たまご	たまねぎ、しろねぎ、しょうが きゅうり、にんじん、きりぼしだいこん ねぎ、かっどわかめ	かつお・こんぶだしじる しょうゆ、す しょくえん
		午後おやつ	フルーツポンチ 牛乳		ぎゅうにゅう	ばなな、ばいん缶、みかん缶、りんご天然果汁	
22	水	昼食	御飯 豚肉の酢醤油炒め フロッキーとカリフラワーのマヨ和え きのこ汁	こめ さとう、こまあぶら まよねーす	ぶたももにく つなみずにかん こめみそ	たまねぎ、にんじん、にら ぶろっこりー、にんじん、かりふらわー しめじ、えのき、ねぎ	しょうゆ、す しょくえん、こしょう かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	かみかみおやつ 歯固めクッキー りんご 牛乳	はがためくっきー	ぎゅうにゅう	りんご	
23	木	昼食	御飯 ブリの照り焼き 切り干し大根の煮物 もやしとわかめのみそ汁	こめ さとう さとう	ぶり あぶらあげ こめみそ	しょうが にんじん、きりぼしだいこん もやし、ねぎ、かっどわかめ	しょうゆ、かつお・こんぶだしじる しょうゆ
		午後おやつ	ココアトースト 牛乳	しょくばん、ぐらにゅうとう	むえんばたー ぎゅうにゅう		ここあ
24	金	昼食	フルコギ丼 白菜のマヨサラダ チンゲン菜のスープ	さとう、こま、こまあぶら、かたくりこ まよねーす	ぶたももにく つなみずにかん	たまねぎ、にんじん、にら、にんにく はくさい、にんじん ちんげんさい、こーん	しょうゆ がらすーぶ、しょくえん けちやっぶ
		午後おやつ	ツナコーンピザ 牛乳	ぎょうざの皮	つなみずにかん、びざようちーす ぎゅうにゅう	こーん	
25	土	昼食	ケチャップライス キャベツと人参のサラダ コンソメスープ	こめ まよねーす	つなみずにかん	たまねぎ、こーん きゃべつ、にんじん たまねぎ、しめじ	けちやっぶ しょくえん、こしょう こんそめ、
		午後おやつ	ストロベリーヨーグルト 牛乳	ぐらにゅうとう	よーぐるど ぎゅうにゅう	いちごジャム	
27	月	昼食	御飯 さばのみそ焼き ほうれん草とえのきのり 厚揚げと玉ねぎのみそ汁	こめ さとう	さば、こめみそ あつあげ、こめみそ	きゃべつ、ほうれんそう、えのき たまねぎ かんてん	しょうゆ しょくえん かつお・こんぶだしじる
		午後おやつ	羊羹 牛乳	さとう	こしあん ぎゅうにゅう		
28	火	昼食	御飯 筑前煮 フロッキーのごま酢和え 豆腐のみそ汁	こめ いたこんにやく、さとう すりこま、さとう	とりももにく こめみそ、きぬごしとうふ	だいこん、にんじん、れんこん、しいたけ ぶろっこりー、にんじん ねぎ	かつお・こんぶだしじる かつお・こんぶだしじる、しょうゆ、す
		午後おやつ	みたらし団子 牛乳	しらたまこ、さとう、かたくりこ	きぬごしとうふ ぎゅうにゅう		しょうゆ
30	木	昼食	☆子ども日の集い☆ こいのぼりごはん 鮭のフライ キャベツときゅうりのツナ和え オニオンスープ	こめ こむぎこ、あぶら、ばんこ さとう、おりーぶゆ	卵なしういんなー さけ つなかん ペーこん	たまねぎ、こーん、ぐりんびーす きゃべつ、きゅうり たまねぎ	けちやっぶ、しょくえん うすたーそーす しょうゆ、す、 こんそめ、こしょう
		午後おやつ	こいのぼりケーキ 牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	どうにゅう ぎゅうにゅう		ここあ

ご入園・ご進級おめでとうございます

今年も1年たくさん食べて元気に過ごしましょう
4月1日は、ご入園・ご進級をお祝いして
赤飯と桜クッキーを提供したいと思います。



たいよう組のお友だちのお誕生日は
好きな給食メニューをリクエストしてもらい
全園児で食べます。



4月のかみかみデーは、「EDISON mama」の
食べられる歯固めクッキーを提供します。
普段食べているクッキーと比べ固く食べやすいので、
是非ご家庭で試してみてください！