

2022年04月 献立表

仁川ウエル保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
新年度が始まりました。 今年度も子どもたちが園での食事が楽しみになるよう、心も温まる食事を 作っていきたいと思います。 よろしくお願いいたします。 『パースデーメニュー』 たいようの子どもたちには、お誕生日の日に本人がリクエストしたメニュー を全園児でいただきます。				★15日 スナップエンドウ 春にしか食べられないスナップエンドウ。 パリパリして食感もおいしく食べられます。 すじとりのお手伝いをたいようさんをお願いします。 ★27日 たけのこ たけのこには、食物繊維がたっぷり。便秘に効果的です。 細かい毛や、重みを感じたり実際にさわって、たけのこを楽しみたいと思います。 皮むきは、はなめさんをお願いします。				1	入園・進級のお祝いメニュー		2		
								鯛めし	米 たい 食塩 昆布だし汁		鶏つくね丼	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ パン粉 食塩 油 しょうゆ 砂糖 食塩 片栗粉	
								春野菜のお浸し	キャベツ ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ 砂糖		みそ汁	じゃがいも たまねぎ 油揚げ ねぎ かつおだし 汁 みそ	
								すまし汁	焼ふ ほうれんそう しょうゆ 食塩 かつお・昆 布だし汁		オレンジ	オレンジ	
								いちご	いちご				
さくらクッキー		小麦粉 無塩バター グラニュー糖 食紅		メーブルホット ケーキ		ホットケーキ粉 砂糖 牛乳 油 メーブルシロ ップ		牛乳		牛乳			
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
4		5		6		7		8		9			
胚芽入りご飯	米 胚芽米	胚芽入りご飯	米 胚芽米	炊き込みご飯	米 鶏もも しめじ にんじん 油揚げ 砂糖 しょうゆ かつお・昆布だし汁	ロールパン	ロールパン	ビビンバ丼	米 豚肉 油 ねぎ しょうが にんにく しょう ゆ 食塩 砂糖 もやし にんじん 水 食塩 こ ま油 ほうれんそう しょうゆ こま油 こま	カレーうどん	干しうどん 豚肉 たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ かつおだし汁 カレールウ しょうゆ 砂糖 食塩 片栗粉		
回鍋肉	豚肉 にんじん キャベツ ビーマン 赤みそ み そ 砂糖 しょうゆ	肉じゃが	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しらす いんげん かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖	ブリの照り焼き	ぶり 砂糖 しょうゆ しょうが かつお・昆布だ し汁	チキンソテー	鶏もも 鶏ガラスープ	わかめスープ	だいこん たまねぎ にんじん わかめ 鶏ガラ スープ 食塩	キャベツとツナの サラダ	キャベツ もやし ツナ コーン 油 食塩 こ しょう		
チンゲン菜ののり 和え	チンゲンサイ もやし きゅうり しょうゆ 食塩 焼きのり	白菜のごま和え	はくさい にんじん ちくわ こま しょうゆ 砂 糖	ブロッコリーの梅 和え	きゅうり ブロッコリー もやし うめ干し かつ お節 しょうゆ 砂糖	マカロニサラダ	マカロニ ツナ きゅうり キャベツ にんじん マヨネーズ 食塩 こしょう	りんご	りんご	バナナ	バナナ		
中華スープ	にら たまねぎ 鶏ガラスープ 食塩 しょうゆ 片栗粉	みそ汁	わかめ たまねぎ 絹ごし豆腐 かつお・昆布だ し汁 みそ	みそ汁	キャベツ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	コンソメスープ	ベーコン たまねぎ コーン コンソメ 食塩 こ しょう パセリ粉						
オレンジ	オレンジ												
ソーセージパイ	パイシート ウインナー	きなこ揚げパン	ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩	バナナケーキ	ココア 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー 糖 牛乳 バター バナナ	豚みそおにぎり	米 豚肉 ほうれんそう 砂糖 みそ しょうゆ	ジャムサンド	食パン いちご グラニュー糖 レモン	わかめおにぎり	米 わかめ こま 食塩		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶		
11		12		13		14		15		16			
焼き豚チャーハン		米 焼き豚 たまねぎ ひじき にんじん ビーマ ン ごま油 しょうゆ 鶏ガラスープ にんにく	胚芽入りご飯	米 胚芽米	焼きそば	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ ビーマ ン 赤ビーマン にんじん もやし 油 鶏ガラ スープ 中濃ソース 食塩 こしょう あおのり	胚芽入りご飯	米 胚芽米	カレーライス	米 豚肉 にんにく たまねぎ じゃがいも にん じん カレールウ	鶏てりやき丼	米 鶏もも たまねぎ しょうゆ 砂糖	
キャベツとりんご のサラダ	キャベツ きゅうり りんご 干しぶどう 酢 油 砂糖 食塩 こしょう	油淋鶏	鶏もも 食塩 こしょう 片栗粉 油 ねぎ たま ねぎ しょうゆ 酢 砂糖 水	たまごスープ	チンゲンサイ たまねぎ 卵 片栗粉 水 鶏ガラ スープ 食塩	鮭フライ	さけ 小麦粉 パン粉 油 卵 たまねぎ パセリ 粉 レモン果汁 マヨネーズ 食塩 こしょう	れんこんごまマヨ サラダ	れんこん にんじん こまつな コーン ツナ マ ヨネーズ しょうゆ すりごま	ほうれんそうのお かか和え	ほうれんそう もやし にんじん かつお節 砂糖 しょうゆ		
中華コーンスープ	たまねぎ しいたけ 卵 クリームコーン 鶏ガラ スープ 食塩 ねぎ 片栗粉	ポテトサラダ	じゃがいも きゅうり にんじん ウインナー 食 塩 こしょう マヨネーズ	バナナ	バナナ	春野菜のサラダ	ブロッコリー グリーンアスパラガス ハム 酢 砂糖 食塩 オリーブ油	スナップエンドウ	スナップえんどう	みそ汁	じゃがいも たまねぎ 油揚げ わかめ かつ おだし汁 みそ		
		コンソメスープ	たまねぎ はくさい コンソメ 食塩 こしょう 水 パセリ粉			みそ汁	かぼちゃ だいこん ごぼう かつお・昆布だ し汁 みそ ねぎ	オレンジ	オレンジ				
さつまいもケーキ	さつまいも 砂糖 牛乳 生クリーム 卵 小麦粉 ベーキングパウダー	おからドーナツ	おから 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖 卵 牛乳 油	きな粉おはぎ	米 もち米 水 きな粉 砂糖 食塩 こしあん	いちごソースのバ ンケーキ	小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳 油 い ちご 砂糖 レモン	ヨーグルトゼリー	ヨーグルト ゼラチン 砂糖 いちご	ココアマフィン	ホットケーキ粉 牛乳 砂糖 無塩バター ココア		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
18		19		20		21		22		23			
ミートスパゲッ ティ	スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん にん にく トマト缶 ケチャップ 砂糖 ウスターソー ス コンソメ オリーブ油	胚芽入りご飯	米 胚芽米	じゃこふりかけご 飯	米 しらす干し ごま油 こまつな しょうゆ か つお節	サンドイッチ	食パン いちごジャム ツナ マヨネーズ 食塩 こしょう 卵 ハム スライスチーズ きゅうり	胚芽入りご飯	米 胚芽米	ナポリタン	スパゲティ たまねぎ ビーマン ウインナー に んじん トマト缶 ケチャップ 食塩 油 パセリ 粉 粉チーズ		
ブロッコリーサラ ダ	ブロッコリー きゅうり ウインナー 油 食塩 しょうゆ 砂糖	タンドリーチキン	鶏もも ヨーグルト ケチャップ しょうゆ 砂糖 カレー粉	筑前煮	鶏もも 凍り豆腐 だいこん にんじん れんこん 板こんにゃく しいたけ いんげん 砂糖 しょう ゆ かつお・昆布だし汁	コーンスープ	クリームコーン コーン たまねぎ 牛乳 コンソ メ 食塩 水 パセリ粉	さばの竜田揚げ	さば しょうが しょうゆ 片栗粉 油	コンソメスープ	コーン たまねぎ こまつな 油 水 コンソメ 食塩		
コンソメスープ	じゃがいも たまねぎ コンソメ 食塩 こしょう 水 パセリ	コールスローサラ ダ	キャベツ きゅうり にんじん ツナ コーン マ ヨネーズ 食塩 こしょう	みそ汁	はくさい たまねぎ ねぎ みそ かつお・昆布だ し汁	バナナ	バナナ	ほうれん草のごま 和え	ほうれんそう もやし にんじん こま しょうゆ 砂糖	バナナ	バナナ		
オレンジ	オレンジ	みそ汁	こまつな たまねぎ 油揚げ かつおだし汁 み そ	パイナップル	パイナップル			みそ汁	だいこん たまねぎ 油揚げ ねぎ かつお・昆 布だし汁 みそ				
鮭おにぎり	米 さけ 食塩	ハムチーズトース ト	食パン ハム チーズ	お好み焼き	豚肉 お好み焼き粉 キャベツ ねぎ あおのり かつお節 マヨネーズ お好み焼きソース 絹ごし 豆腐	五平餅	米 もち米 水 みそ 砂糖 すりごま しょうゆ	ミルクラスク	食パン 練乳 無塩バター	スイートポテト	さつまいも 無塩バター 砂糖 卵 牛乳		
麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
25		26		27		28		29		30			
そぼろ丼	米 鶏ひき肉 油 しょうが ほうれんそう しょ うゆ 砂糖	胚芽入りご飯	米 胚芽米	たけのこご飯	米 たけのこ しょうゆ 砂糖 昆布だし汁 食塩	こいのぼりライス	米 たまねぎ にんじん ケチャップ 食塩 グリ ンピース ウインナー チーズ			牛丼	米 牛肉 にんにく しょうが ねぎ たまねぎ 油 しょうゆ 砂糖 こま		
ひじきとキャベツ のサラダ	ひじき キャベツ ベーコン コーン 油 マヨ ネーズ 食塩 にんじん	てりやきハンバー グ	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ こしょう 食塩 パン粉 しょうゆ 砂糖 片栗粉	さわらのごまみそ 焼き	さわら しょうゆ 砂糖 みそ ねぎ すりごま	ミモザサラダ	ブロッコリー 卵 ベーコン オリーブ油 食塩 こしょう 砂糖 酢			フレンチサラダ	キャベツ きゅうり ウインナー マカロニ 酢 砂糖 オリーブ油 食塩 こしょう		
みそ汁	さつまいも 油揚げ たまねぎ ねぎ みそ かつ お・昆布だし汁	ジャーマンポテト	じゃがいも ウインナー たまねぎ パセリ 食塩 こしょう 油	きゃべつの中 華和え	キャベツ にんじん もやし ちくわ 砂糖 しょ うゆ 酢 ごま油	コンソメスープ	キャベツ たまねぎ コーン コンソメ 食塩 こ しょう パセリ粉			みそ汁	はくさい たまねぎ ねぎ かつお・昆布だ し汁 みそ		
りんご	りんご	コンソメスープ	チンゲン菜 たまねぎ にんじん コンソメ 食塩 こしょう	すまし汁	焼ふ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょ うゆ 食塩	いちご	いちご						
アメリカンドック	ウインナー ホットケーキ粉 牛乳 油	マーマレードホ イップサンド	食パン マーマレード 生クリーム	あおのりポテト	じゃがいも 食塩 あおのり 油	ちまき	上新粉 片栗粉 水 砂糖（市販品）			フルーツヨーグル ト	ヨーグルト みかん缶 バイン缶 バナナ 砂糖		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			牛乳	牛乳		