



# 4月の献立表

## 令和3年度 ほほえみ保育園



日	曜日	おやつ(午前)	献立	おやつ(午後)	日	曜日	おやつ(午前)	献立	おやつ(午後)
1	木	お菓子、牛乳	春野菜の煮物(鶏肉、ちくわ、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、たけのこ、こんにゃく、きぬさや) おじゃごとじゃこのおかか和え(じゃがいも、ちりめん、かつお節) みそ汁、果物	レーズンクッキー、牛乳	16	金	お菓子、牛乳	魚のおろし煮(赤魚、大根)、枝豆 小松菜のお浸し(小松菜、にんじん、かつお節) みそ汁、果物	きなこクッキー、牛乳
2	金	お菓子、牛乳	麻婆豆腐(豆腐、豚ミンチ、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、グリーンピース) ナムル(もやし、ほうれん草、にんじん、きくらげ、ごま) すまし汁、果物	ピーマン、牛乳	17	土	お菓子、牛乳	焼きそば(中華そば、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、もやし、かつお節、青のり) 焼きポテト(じゃがいも) 果物	りんご蒸しパン、牛乳
3	土	お菓子、牛乳	煮魚(赤魚)、枝豆 ほうれん草のごま和え(ほうれん草、にんじん、ごま) みそ汁、果物	五目おにぎり、お茶	19	月	お菓子、牛乳	鮭の塩焼き(鮭)、にんじん 切り干し大根の五目煮(切り干し大根、ひじき、あげ、にんじん、グリーンピース) みそ汁、果物	マカロニのチーズ焼き、牛乳
5	月	お菓子、牛乳	豆乳汁(豚肉、厚揚げ、にんじん、さつまいも、大根、白菜、ほうれん草、豆乳) 野菜とひじきの和え物(ひじき、あげ、にんじん、きゅうり、キャベツ、かつお節) 果物	サンドイッチ(ツナマヨ)、牛乳	20	火	お菓子、牛乳	野菜オムレツ(卵、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、グリーンピース、牛乳)、枝豆 チンゲン菜の和え物(チンゲン菜、にんじん) グリーンピーススープ(グリーンピース、玉ねぎ、じゃがいも、牛乳、パセリ)、果物	じゃこ豆おにぎり、お茶
6	火	お菓子、牛乳	厚揚げと野菜のそぼろ煮(豚肉、厚揚げ、にんじん、かぼちゃ、大根、チンゲン菜) じゃこピーマン(ちりめん、ピーマン、キャベツ、とうもろこし) すまし汁、果物	きなこマカロニ、牛乳	21	水	お菓子、牛乳	高野豆腐のオランダ煮(高野豆腐) ごぼうのごまマヨネーズ和え(ごぼう、じゃがいも、にんじん、キャベツ、きゅうり、ごま) みそ汁、果物	サンドイッチ(ウインナー)、牛乳
7	水	お菓子、牛乳	魚の照り焼き(鱈)、ブロッコリー ゆかり和え(大根、きゅうり、ゆかり) みそ汁、果物	大学芋、牛乳	22	木	お菓子、牛乳	鱈のレモン醤油焼き(鱈、レモン)、ブロッコリー かぼちゃのそぼろ煮(鶏ミンチ、かぼちゃ、にんじん、グリーンピース) すまし汁、果物	豆腐ドーナツ、牛乳
8	木	お菓子、牛乳	チキンカツ(鶏肉)、キャベツ 五目おにぎり(あげ、しいたけ、糸こんにゃく、小松菜、にんじん、もやし、とうもろこし、ごま) すまし汁、果物	にんじん蒸しパン、牛乳	23	金	お菓子、牛乳	鶏肉の磯部揚げ(鶏肉、青のり) マカロニサラダ(マカロニ、ウインナー、じゃがいも、きゅうり、にんじん、キャベツ) みそ汁、果物	ごまじゃこトースト、牛乳
9	金	お菓子、牛乳	肉みそうどん(うどん、鶏ミンチ、大豆、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、小松菜) きのことキャベツの和え物(キャベツ、にんじん、しめじ、エリンギ) 果物	じゃが丸みたらし、牛乳	24	土	お菓子、牛乳	すき焼き丼(豚肉、厚揚げ、ちくわ、にんじん、ごぼう、玉ねぎ、白菜、えのき、糸こんにゃく、小松菜、ごはん) 切り干し大根のサラダ(切り干し大根、ツナ、にんじん、キャベツ、きゅうり、かつお節、ごま) すまし汁、果物	きなこ大豆、牛乳
10	土	お菓子、牛乳	ハヤシライス(合挽ミンチ、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、グリーンピース、ごはん) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー、にんじん、玉ねぎ、ツナ) 果物	納豆おやき、牛乳	26	月	お菓子、牛乳	鶏肉と野菜の甘酢あんかけ(鶏肉、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン) 新じゃがの粉ふきいも(じゃがいも) みそ汁、果物	もやしとちりめんのチヂミ、牛乳
12	月	お菓子、牛乳	魚の南蛮漬(白身魚、玉ねぎ、ピーマン、にんじん) 大豆とひじきの煮物(大豆、ひじき、あげ、にんじん) みそ汁、果物	豆腐入りあべかわ団子、牛乳	27	火	お菓子、牛乳	★行事食 ピラフ(ベーコン、玉ねぎ、にんじん、エリンギ、グリーンピース、米) 鶏のから揚げ(鶏肉) マカロニサラダ(マカロニ、ウインナー、じゃがいも、きゅうり、にんじん、キャベツ) 豆腐スープ(豆腐、玉ねぎ、しいたけ、わかめ)、果物	たい焼き、牛乳
13	火	お菓子、牛乳	関東煮(鶏肉、厚揚げ、ちくわ、にんじん、里芋、大根、こんにゃく、小松菜) 青菜とちりめんのごま酢和え(ほうれん草、しらす干し、ごま) すまし汁、果物	フルーツヨーグルト和え、お茶	28	水	お菓子、牛乳	五目汁(鶏肉、厚揚げ、にんじん、大根、ごぼう、白菜、しめじ) 野菜ときのこのソテー(合挽ミンチ、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、えのき、エリンギ、ピーマン) 果物	シュガートースト、牛乳
14	水	お菓子、牛乳	肉じゃが(豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、糸こんにゃく) 干草和え(ほうれん草、にんじん、キャベツ、もやし、とうもろこし、かつお節) みそ汁、果物	ピザトースト、牛乳	30	金	お菓子、牛乳	ひじきとツナの炊き込みご飯(ひじき、にんじん、ツナ、米) 小松菜と玉ねぎの煮浸し(小松菜、玉ねぎ、あげ) 貝だくさんみそ汁(ちくわ、にんじん、白菜、しめじ、玉ねぎ)、果物	さつま芋もち、牛乳
15	木	お菓子、牛乳	小松菜入り炒り豆腐(豆腐、小松菜、ウインナー、卵) 春キャベツの和え物(キャベツ、あげ、にんじん、小松菜、もやし、ちりめん) すまし汁、果物	五目おにぎり、お茶					



### 新しい年度が始まります

ご入園・ご進級おめでとうございます。

子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って、給食づくりをします。  
栄養面を満たすことはもちろんですが、身体もこころも育まれるようにと願いをこめて楽しく  
おいしい食事ができるように、工夫していきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



※行事、材料の都合等により献立が変更になる場合がありますので、ご了承下さい。離乳期も個別対応になりますので献立変更もありますが、ご理解の程よろしくお願い致します。

