

4月 給食予定献立表



2022年 青い鳥学園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	金	牛乳 マンナウエハース	ポークカレー ブロッコリーのツナサラダ りんご		牛乳 ハッピーターン	豚肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ・人参 ケチャップ・グリーンピース ブロッコリー りんご	米・じゃが芋 なたね油・カレールー ウスターソース・カレー粉 ごまだれ・ハッピーターン
2	土	牛乳 星たべよ	わかめご飯 きつねうどん 金平レンコン		牛乳 源氏パイ	揚げ かまぼこ 牛乳	わかめ御飯(鮭)・ほうれん草 人参 しめじ レンコン	米・うどん しょうゆ・上白糖 みりん・ごま油 ごま・源氏パイ
4	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 豚肉の生姜焼き インゲンのじゃこ和え さつま揚げの味噌汁		牛乳 オレンジ寒天	豚肉・ちりめんじゃこ さつま揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・しょうが キャベツ・インゲン 人参 なたね油・寒天 ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・みりん なたね油・寒天 オレンジジュース
5	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 メンチカツ アスパラとコーンのサラダ コンソメスープ		牛乳 いちご蒸しパン	合挽きミンチ・豆腐 コンソメ 牛乳 豆乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ブロッコリー アスパラ・コーン しめじ・パセリ	米・片栗粉・上白糖 小麦粉・パン粉・植物油 とんかつソース・エッグケア・じゃが芋 なたね油・ストベリーソース
6	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 白身魚のみそ焼き ほうれん草のごま和え すまし汁		牛乳 パウンドケーキ	ホキ・白味噌 牛乳 鶏卵 ヨーグルト	アスパラ・ほうれん草 人参・玉ねぎ みつば 干しぶどう	米・上白糖 みりん・ごま しょうゆ・ホットケーキミックス マーマレード
7	木	牛乳 のりものビスケット	ロールパン ミートスパゲティ 大根サラダ コンソメスープ		お茶 菜飯おにぎり	合挽きミンチ コンソメ	玉ねぎ・人参・ケチャップ トマト缶・グリーンピース・きゅうり 大根・パプリカ パセリ・菜めしの素	ロールパン・スパゲティ なたね油・ウスターソース ごまだれ 米
8	金	牛乳 マンナウエハース	鶏をほろ井 キャベツのおかか和え 豆腐の味噌汁 オレンジ		牛乳 ふのラスク	鶏ミンチ・かつお節 豆腐 味噌 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 のり・キャベツ わかめ おつけ麺・有塩バター オレンジ	米・上白糖 みりん・しょうゆ 片栗粉・なたね油 おつけ麺・有塩バター
9	土	牛乳 星たべよ	ツナチャーハン 春雨の中華和え もやしのスープ		牛乳 野菜クラッカー	ツナ 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン きゅうり もやし	米・なたね油 しょうゆ・春雨 上白糖・ごま油 野菜クラッカー
11	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚の煮付け 切干大根の煮物 かぼちゃの味噌汁		牛乳 スイートポテト	カレー 揚げ 味噌 牛乳	しょうが・レンコン 切干大根・人参 干し椎茸・かぼちゃ 玉ねぎ・ねぎ	米・しょうゆ 上白糖・片栗粉 みりん・なたね油 さつま芋・有塩バター
12	火	牛乳 マンナビスケット	マーボー丼 もやしと青菜の和え物 中華スープ バナナ		牛乳 メープルケーキ	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし・牛乳 鶏卵・ホイップ	しょうが・玉ねぎ・人参 ねぎ・もやし チンゲン菜・椎茸 にら・バナナ	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・しょうゆ 上白糖・ホットケーキミックス 有塩バター・メープルシロップ
13	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 肉じゃが キャベツのじゃこ和え わかめの味噌汁		牛乳 クラッカー・ジャムサンド	豚肉・ちりめんじゃこ 揚げ 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ グリーンピース キャベツ わかめ	米・じゃが芋 なたね油・上白糖 みりん・しょうゆ クラッカー・いちごジャム
14	木	牛乳 のりものビスケット	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜のおかかマヨ和え すまし汁		牛乳 きな粉ちんすこう	鶏肉 かつお節 牛乳 きな粉	しょうが・ブロッコリー 小松菜・人参 玉ねぎ・みつば えのき	米・しょうゆ・みりん 小麦粉・片栗粉 植物油・エッグケア 上白糖・なたね油
15	金	牛乳 マンナウエハース	昆布ご飯 塩ラーメン チンゲン菜のナムル		お茶 りんごヨーグルト	豚肉 鶏がらだし ヨーグルト	塩昆布・もやし 人参・コーン チンゲン菜 りんご	米・中華そば ごま油・しょうゆ みりん・ごま 上白糖
16	土	牛乳 星たべよ	牛丼 白菜の和え物 大根の味噌汁		牛乳 ビスコ	牛肉 ちくわ 味噌 牛乳	玉ねぎ・ねぎ 白菜 人参 しょうゆ 大根	米・上白糖 みりん しょうゆ ビスコ
18	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 肉豆腐 ブロッコリーの和え物 麩の味噌汁		牛乳 マシュマロフレーク	牛肉 豆腐 味噌 牛乳	白菜・玉ねぎ 人参・白ねぎ ブロッコリー ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ 片栗粉・ホットケーキミックス 無塩バター・コンロフレーク
19	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 ポークチャップ ポパイサラダ コンソメスープ・オレンジ		牛乳 じゃこトースト	豚肉・ツナ コンソメ・牛乳 ちりめんじゃこ チーズ	ケチャップ・玉ねぎ・トマト缶 キャベツ・ほうれん草 人参・大根 食パン エッグケア	米・ウスターソース なたね油・ごまだれ 食パン エッグケア
20	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 つくねの甘酢照り焼き マカロニサラダ チンゲン菜のスープ		牛乳 きな粉バナナ	鶏ミンチ・豆腐 鶏がらだし 牛乳 きな粉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン チンゲン菜・椎茸 バナナ	米・片栗粉 なたね油・しょうゆ 上白糖・マカロニ エッグケア
21	木	牛乳 のりものビスケット	節ご飯 赤魚の煮付け がんもの煮物 菜の味噌汁		牛乳 ココアマフィン	揚げ・赤魚 小判型がんも 味噌 牛乳	たけのこ・人参 しょうが・インゲン グリーンピース・しめじ えのき・ねぎ	米・突きこんやく しょうゆ・上白糖 片栗粉・ホットケーキミックス なたね油・ココア
22	金	牛乳 マンナウエハース	☆お散歩遠足☆ ホットドック コロケパン 添え・りんごジュース		牛乳 プリン	ウインナー 野菜コロケ 牛乳	キャベツ ケチャップ ブロッコリー ミートマト	ドッグパン・カレー粉 しょうゆ・なたね油 植物油・とんかつソース アップルジュース・プリンミックス
23	土	牛乳 星たべよ	ゆかりご飯 焼きそば さつま芋の味噌汁		牛乳 マリービスケット	豚肉 味噌 牛乳	しその香・キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ	米・焼きそば なたね油・焼きそばソース さつま芋 マリービスケット
25	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 豚肉の照り焼き炒め ひじきの煮物 白菜の味噌汁		牛乳 マーマレードマフィン	豚肉 揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・しめじ パプリカ・しょうが ひじき・人参 白菜・ねぎ	米・上白糖 しょうゆ・みりん 突きこんやく・なたね油 ホットケーキミックス・マーマレード
26	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 鮭のチャンチャン焼き 高野豆腐の煮物 大根のすまし汁		牛乳 いももち	鮭 味噌 高野豆腐 牛乳	キャベツ・人参 玉ねぎ・コーン しょうが・絹さや 大根	米・上白糖 みりん・しょうゆ じゃが芋・片栗粉 なたね油
27	水	牛乳 お野菜ビスケット	《世界の料理(中国)》 ご飯・油淋鶏 チンゲン菜の中華和え わかめスープ		牛乳 マーラーカオ	鶏肉 鶏がらだし 牛乳 鶏卵	玉ねぎ・白ねぎ・しょうが チンゲン菜・もやし 人参・わかめ ねぎ・干しぶどう	米・しょうゆ 小麦粉・片栗粉 なたね油・上白糖 ごま油・ごま
28	木	牛乳 のりものビスケット	ハヤシライス ごぼうサラダ りんご		お茶 フルーチェ	牛肉 コンソメ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ・人参 トマト缶・ケチャップ ごぼう・枝豆 コーン・りんご	米・なたね油 ハヤシフレーク ごまだれ ブルーチェ(ピーチ)
29	金		昭和の日					
30	土	牛乳 星たべよ	ウインナーピラフ 海藻サラダ コンソメスープ		牛乳 ぼたぼた焼き	ウインナー コンソメ 牛乳	玉ねぎ・人参 マッシュルーム・パセリ わかめ・海藻ミックス しめじ	米・なたね油 春雨・しょうゆ 上白糖 ぼたぼた焼

※ 鉄分強化の為、毎週火曜・木曜日に鉄を強化した低脂肪乳を3時のおやつで提供させていただきます。

