

4月 献立表

2023年

完了期食

日	曜	午前	屋 食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1 15	土 土	飲み物 お菓子	三色そぼろ丼 いんげんとうもろこしのツナマヨ みそ汁(麩・玉ねぎ) バナナ	牛乳 チーズいももち	鶏ひき肉・ツナ缶 みそ・普通牛乳 ピザ用チーズ	お菓子・米・上白糖 マヨドレ・小町麩 じゃがいも かたくり粉・調合油	コーン冷凍・ほうれんそう にんじん・さやいんげん たまねぎ・バナナ	飲み物・しょうゆ 食塩・だし
3 17	月 月	飲み物 お菓子	ごはん 大豆のかき揚げ(卵なし) ピーマンのツナ和え みそ汁(大根・油揚げ) バナナ	牛乳 マカロニきな粉	大豆水煮・鶏ひき肉 ツナ缶・油揚げ みそ・普通牛乳 きな粉	お菓子・米・薄力粉 調合油・白ごま 上白糖・マカロニ	ごぼう・にんじん ピーマン・キャベツ・大根 バナナ	飲み物・食塩 しょうゆ・料理酒・水 ベーキングパウダー 穀物酢・だし
4 18	火 火	飲み物 お菓子	ロールパン ポークチャップ ブロッコリーのマリネ ミルクスープ オレンジ	牛乳 鶏めし	豚小間・ツナ缶 ベーコン・牛乳 普通牛乳・鶏もも	お菓子・ロールパン 薄力粉・調合油 上白糖・じゃがいも 米	たまねぎ・ブロッコリー にんじん・ぶなしめじ オレンジ・ごぼう	飲み物・トマトケチャップ 中濃ソース・コンソメ 穀物酢・しょうゆ おろしにんにく 食塩・水・こしょう
5 19	水 水	飲み物 お菓子	ごはん 煮魚 野菜ソテー(豚肉) みそ汁(麩・ほうれん草) バナナ	牛乳 チヂミ	さわら・豚小間 みそ・普通牛乳 鶏ひき肉	お菓子・米・薄力粉 上白糖・ごま油 小町麩・かたくり粉	キャベツ・にんじん ピーマン・ほうれんそう バナナ・にら・コーン冷凍	飲み物・だし しょうが・しょうゆ みりん 鶏ガラスープ顆粒 水
6 20	木 木	飲み物 お菓子	ごはん 豆腐のミートローフ 切干大根のマヨサラダ みそ汁(小松菜・えのき) ヨーグルト	牛乳 蒸しパン	木綿豆腐・豚ひき肉 卵・ハム・みそ ヨーグルト 普通牛乳・牛乳	お菓子・米・調合油 パン粉・白ごま マヨドレ・薄力粉 砂糖	たまねぎ 切干しだいこん にんじん・きゅうり こまつな・えのきたけ	飲み物・食塩 こしょう・トマトケチャップ しょうゆ・だし ベーキングパウダー
7 21	金 金	飲み物 お菓子	ごはん 鶏ひき肉のつくね煮 チンゲン菜の納豆和え みそ汁(キャベツ・コーン) りんご	牛乳 オレンジゼリーヨーグルトかけ お菓子	鶏ひき肉・卵 ひきわり納豆 かつお削り節・みそ 普通牛乳・ヨーグルト	お菓子・米・パン粉 かたくり粉・上白糖 お菓子	にんじん・たまねぎ チンゲンサイ・キャベツ コーン冷凍・りんご 粉寒天 オレンジジュース	飲み物・しょうが 食塩・こしょう・だし しょうゆ・水
8 22	土 土	飲み物 お菓子	ごはん 鶏肉の胡麻味噌焼き ほうれん草のナムル 野菜スープ(玉ねぎ・じゃが芋) バナナ	牛乳 ホットケーキ	鶏もも・みそ 普通牛乳・牛乳	お菓子・米・上白糖 薄力粉・白ごま 調合油・ごま油 じゃがいも 無塩バター	ほうれんそう・きゅうり にんじん・たまねぎ バナナ	飲み物・みりん しょうゆ・食塩 鶏ガラスープ顆粒 水・コンソメ ベーキングパウダー
10 24	月 月	飲み物 お菓子	マーボー丼 粉ふき芋 わんたんスープ(鶏肉) バナナ	牛乳 キャロットケーキ(卵なし)	木綿豆腐・豚ひき肉 みそ・鶏もも 普通牛乳 調整豆乳	お菓子・米・ごま油 上白糖・かたくり粉 じゃがいも・ワンタン皮 薄力粉・調合油	にんじん・ねぎ・青のり チンゲンサイ・たまねぎ バナナ	飲み物・水・しょうゆ 食塩 鶏ガラスープ顆粒 ベーキングパウダー
11 25	火 火	飲み物 お菓子	ハヤシライス キャベツの胡麻マヨサラダ オレンジ	牛乳 牛乳プリン お菓子	豚小間・普通牛乳 ゼラチン・牛乳 きな粉	お菓子・米・調合油 無塩バター・薄力粉 上白糖・マヨドレ 白ごま・砂糖 お菓子	たまねぎ・にんじん キャベツ・コーン冷凍 オレンジ	飲み物・水 トマトピューレー トマトケチャップ ウスターソース 食塩・コンソメ・穀物酢・しょうゆ
12 26	水 水	飲み物 お菓子	味噌うどん たらのポテト焼き アスパラのおかか和え バナナ	牛乳 そぼろおにぎり	豚小間・みそ・たら かつお削り節 普通牛乳・鶏ひき肉	お菓子・干しうどん マヨドレ 乾燥マッシュポテト 調合油・米・上白糖	にんじん・たまねぎ ほうれんそう アスパラガス・バナナ	飲み物・だし みりん・食塩 こしょう・しょうゆ
13 27	木 木	飲み物 お菓子	ごはん 肉じゃが トマトときゅうりのピクルス みそ汁(豆腐・わかめ) ヨーグルト	牛乳 おやつ焼きそば	豚小間・絹ごし豆腐 みそ・ヨーグルト 普通牛乳	お菓子・米 じゃがいも・調合油 上白糖 蒸し中華めん	にんじん・たまねぎ グリーンピース冷凍・トマト きゅうり・カットわかめ キャベツ・もやし	飲み物・しらす だし・しょうゆ 穀物酢・食塩 中濃ソース
14 28	金 金	飲み物 お菓子	ごはん 鶏の唐揚げ ひじきのナムル みそ汁(チンゲン菜・かぼちゃ) りんご	乳酸飲料 ショートブレッド	鶏もも・みそ ジョアマスクット	お菓子・米 かたくり粉・調合油 上白糖・ごま油 薄力粉	ひじき・にんじん・きゅうり もやし・チンゲンサイ かぼちゃ・りんご	飲み物・しょうゆ しょうが・穀物酢 だし

・食材の入荷状況によって献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

・完了期食ははちみつ、黒砂糖を除去しています。その他、お子さまの発達状況に応じて、咀嚼が難しい食材を除去しています。

