

# 4月 献立表

2023年

完了期食

日	曜	午前	昼食	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)
15	土土	飲み物 せんべい	三色そぼろ丼 いんげん人參のツナマヨ みそ汁(高野豆腐・玉ねぎ) バナナ	牛乳 じゃがいももち	鶏ひき肉・ツナ缶 高野豆腐・みそ 普通牛乳	せんべい・米 上白糖・マヨドレ 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・こしょう
3	月月	飲み物 せんべい	ごはん 大豆のかき揚げ ピーマンのツナ和え みそ汁(大根・油揚げ) バナナ	牛乳 きな粉パンケーキ	大豆水煮・鶏ひき肉 ツナ缶・油揚げ みそ・普通牛乳 きな粉・調整豆乳	せんべい・米 上新粉・調合油 白ごま・上白糖 米粉・砂糖	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	火火	飲み物 せんべい	ごはん ポークチャップ ブロッコリーのマリネ ポテトスープ オレンジ	牛乳 鶏めし	豚小間・ツナ缶 普通牛乳・鶏もも	せんべい・米 上新粉・調合油 上白糖・じゃがいも	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・料理酒
5	水水	飲み物 せんべい	ごはん 煮魚 野菜ソテー(豚肉) みそ汁(高野豆腐・ほうれん草) バナナ	牛乳 チヂミ	さわら・豚小間 高野豆腐・みそ 普通牛乳・豚ひき肉	せんべい・米 上新粉・上白糖 ごま油・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	木木	飲み物 せんべい	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) オレンジ	牛乳 蒸しパン	木綿豆腐・豚ひき肉 みそ・普通牛乳 調整豆乳	せんべい・米 調合油・かたくり粉 白ごま・マヨドレ 砂糖・米粉	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 オレンジ	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	金金	飲み物 せんべい	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 せんべい	鶏ひき肉 ひきわり納豆 かつお削り節・みそ 普通牛乳	せんべい・米 かたくり粉・上白糖 せんべい	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	土土	飲み物 せんべい	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 調整豆乳	せんべい・米 上白糖・上新粉 白ごま・調合油 ごま油・じゃがいも 米粉	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	月月	飲み物 せんべい	マーボー丼 粉ふき芋 中華スープ バナナ	牛乳 キャロットケーキ	木綿豆腐・豚ひき肉 みそ・鶏もも 普通牛乳 調整豆乳	せんべい・米 ごま油・上白糖 かたくり粉 じゃがいも・調合油 米粉	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	火火	飲み物 せんべい	ハヤシライス キャベツの胡麻マヨサラダ オレンジ	牛乳 豆乳プリン せんべい	豚小間・普通牛乳 ゼラチン・調整豆乳 きな粉	せんべい・米 調合油・上新粉 上白糖・マヨドレ 白ごま・砂糖 せんべい	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	水水	飲み物 せんべい	ごはん たらポテト焼き アスパラのおかか和え 豚入りみそ汁 バナナ	牛乳 そぼろおにぎり	たら・かつお削り節 豚小間・みそ 普通牛乳・鶏ひき肉	せんべい・米 マヨドレ 乾燥マッシュポテト 調合油・上白糖	アスパラガス・にんじん たまねぎ・ほうれんそう バナナ	飲み物・食塩 こしょう・しょうゆ だし
13	木木	飲み物 せんべい	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) オレンジ	牛乳 焼きそば風ビーフン	豚小間・絹ごし豆腐 みそ・普通牛乳	せんべい・米 じゃがいも・調合油 上白糖・ビーフン	にんじん・たまねぎ グリンドース冷凍・トマト きゅうり・カットわかめ オレンジ・キャベツ もやし	飲み物・しらたき だし・しょうゆ 穀物酢・食塩 中濃ソース
14	金金	飲み物 せんべい	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 米粉クッキー	鶏もも・みそ ジョアマスクット 調整豆乳	せんべい・米 かたくり粉・調合油 上白糖・ごま油 米粉	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 ベーキングパウダー

・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。

