




4月献立表

令和3年度なかよし保育園

日	曜	昼食・おやつ	使用材料			
			赤 血や肉や骨をつくる	黄 熱や力のもとになる	緑 体の調子を整える	その他 調味料
16	金	中華揚げ団子 中華漬け 白菜スープ フルーツポンチ クラッカー 牛乳	豚ひき肉 木綿豆腐	菜種油 片栗粉 ごま油 砂糖 砂糖 クラッカー	玉葱 葱 干しいたけ 生姜 きゅうり 白菜 人参 コーン パセリ みかん缶 桃缶 パイン缶	酒 醤油 醤油 パプリカ粉 酢 コンソメ アガー
17	土	ラーメン 焼きおにぎり パームクーヘン 牛乳	豚肉 牛乳	中華麺 ごま油 焼きおにぎり パームクーヘン	人参 白菜 もやし 葱 生姜	鶏ガラスープ 醤油
19	月	けんちん汁 ししゃもの素焼き (0,1オチリメン煮) 磯和え チーズ蒸しケーキ 牛乳	鶏肉 木綿豆腐 油揚げ ししゃも チリメン 豆乳 とうけるチーズ 牛乳	なたね油 里芋 ホットケーキミックス	人参 玉葱 こんにゃく ごぼう 葱 大根 法れん草 人参 もみのり	だしかつお 醤油 醤油
20	火	ハンバーグ ブロッコリーのおかか和え すまし汁 マカロニのきな粉和え 牛乳	牛ひき肉 豚ひき肉 木綿豆腐 花かつお 木綿豆腐 きな粉 牛乳	片栗粉 マカロニ 三温糖	玉葱 ブロッコリー えのき 人参 みつば	ナツメグ ケチャップ 塩こしょう 醤油 だしかつお 醤油 アガー
21	水	炊き込みご飯 きゅうりの酢の物 みそ汁 お好み焼き 牛乳	鶏肉 チリメン みそ 豆乳 豚肉 かつお粉 牛乳	なたね油 三温糖 なたね油	人参 ごぼう 干しいたけ きゅうり 南瓜 玉葱 しめじ 葱 キャベツ 青のり	醤油 みりん 塩 酢 塩 だしかつお だしかつお 塩
22	木	(幼児) お弁当日 (乳) 牛丼 豆腐のくずし汁 かいじゅう揚げ 牛乳	牛肉 木綿豆腐 みそ 鶏卵 牛乳 牛乳	 砂糖 じゃが芋 小麦粉 バター 砂糖 グラニュー糖 なたね油	玉葱 玉葱 人参 キャベツ 葱	醤油 だしかつお だしかつお
23	金	<お誕生日会> フィッシュボール 春サラダ コーンスープ いりこ菜めしご飯 ミニカップゼリー さくらケーキ 牛乳	白身魚のすり身 ヨーグルト 牛乳 牛乳	片栗粉 砂糖 なたね油 片栗粉 小麦粉 バター 砂糖	玉葱 人参 グリンピース アスパラガス 春キャベツ 人参 黄パプリカ クリームコーン缶 玉葱 パセリ さくら	塩 こしょう 酢 塩 こしょう コンソメ いりこ菜飯の素 ミニカップゼリー ベーキングパウダー
24	土	カレーうどん いちご ミニメロンパン 牛乳	牛肉 油揚げ 牛乳	うどん 片栗粉 なたね油 ミニメロンパン	人参 玉葱 葱 いちご	カレールー だしかつお 醤油
26	月	豆腐団子のスープ 切り干し大根のサラダ 蒸しシューマイ シュガートースト 牛乳	鶏ひき肉 木綿豆腐 ベーコン 牛乳	片栗粉 なたね油 三温糖 食パン バター グラニュー糖	生姜 人参 白菜 竹の子 玉葱 葱 切り干し大根 にんにく 赤パプリカ 乾ひおじき	コンソメ 醤油 酢 塩 醤油 冷凍シューマイ
27	火	鯖の西京焼き しらす和え みそ汁 あべかわ団子 (乳) 芋団子 牛乳	鯖 白みそ チリメン 油揚げ みそ きな粉 きな粉 牛乳	砂糖 じゃが芋 三温糖 上新粉 白玉粉 じゃが芋 片栗粉 三温糖	法れん草 人参 玉葱 葱	酒 醤油 だしかつお 醤油
28	水	トントン丼 白菜のナムル ワカメスープ ホットケーキ 牛乳	豚肉 牛乳 牛乳	片栗粉 砂糖 砂糖 ごま ごま油 ホットケーキミックス 砂糖 バター	人参 生姜 白菜 人参 きゅうり もやし 乾ワカメ 葱 コーン	酒 醤油 醤油 コンソメ 塩 こしょう わかめご飯の素
29	木	昭和の日				
30	金	白身魚のトマトソース煮 シルバーサラダ すまし汁 ポテトお餅 牛乳	メルルーサ とろけるチーズ 牛乳	片栗粉 菜種油 砂糖 春雨 砂糖 なたね油 白玉麩 じゃが芋 片栗粉 バター	キャベツ 人参 きゅうり みかん 玉葱 しめじ みつば	ケチャップ 醤油 酢 塩 こしょう 醤油 だしかつお 塩 こしょう