

## 4月幼児食予定献立表

令和2年

認定こども園アリス幼稚園

日	曜日	昼 食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	水	お 弁 当 会					
2	木	粟ご飯 鮭の胡麻味噌焼き 人参しりしり 豚汁 ぶどう	苺ジャム 牛乳	鮭切り身 シラス 豚肉 牛乳	粟 白米 食パン 苺ジャム	人参 大根 しめじ ぶどう ｷｷ	
3	金	麦ご飯 カラル麻婆豆腐 マカロニサラダ すまし汁 パイン	アメリカンドッグ 牛乳	豆腐 豚ミンチ 卵 ウィナー	白米 押し麦 ケーキミックス 小麦 マカロニ	玉ねぎ 人参 ビーマン 赤ビーマン 胡瓜 トマト大根 小松菜 林檎 パイン	
4	土	入 園 式					
6	月	チキンカレー 菜の花のツナ和え 苺 フルーツジュース(明治)	チョコチップ蒸しパン 牛乳	鶏肉 鶏ガラ 卵 牛乳	白米 ケーキミックス チョコチップ ココア フルーツジュース	人参 玉葱 じゃが芋 グリンピース 菜の花 ツナ缶	
7	火	手ご飯 ハンバーグ インゲン煮付け すまし汁 ハナナ	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	合挽肉 牛乳 卵 チーズ ヨーグルト	さつまいも 白米 パン粉 ケーキミックス マーガリン	小松菜 しめじ 生姜 人参 大根 玉葱 インゲン 小松菜 ハナナ	
8	水	お 弁 当 会					
9	木	麦ご飯 魚の西京焼 ヒジキ炒め 生揚げの味噌汁 林檎	胡麻サター アンダギー 牛乳	メカジキ ヒジキ 豚肉 大豆 ツキアゲ 生揚げ 卵 牛乳	白米 押し麦 薄力粉 炒り胡麻 しらたき	トマト ニラ 林檎 かいわれ 人参 玉葱 林檎	
10	金	沖縄そば 厚焼き卵 胡瓜の和え物 プリン	ツナマヨおにぎり 牛乳	丸蒲鉾 鶏ガラ 生姜 ｷｷ 卵 ツナ缶 海苔 三枚肉	白米 そば麺 プリン マヨネーズ	胡瓜 ｷｷ 生姜	
11	土	チキンピラフ 鶏汁 トマトサラダ ハナナ	フライドポテト 牛乳	鶏もも肉 ツナ 卵 牛乳	白米 フライドポテト	玉ねぎ じゃが芋 人参 ハナナ ビーマン 大根 小松菜 しめじ	
13	月	焼きそば 中華サラダ ゆし豆腐 チーズで鉄ぶどう	鮭おにぎり 牛乳	豚肉 青のり シラス わかめ 鮭 海苔 牛乳	焼きそば麺 白米	人参 ビーマン しめじ 青のり 胡瓜 エノキダケ 海苔 ぶどう	
14	火	麦ご飯 三色そばろ 胡瓜の浅漬け 大根の味噌汁 林檎	チヂミ 牛乳	鶏ミンチ 卵 シラス わかめ 牛乳	白米 上新粉	玉ねぎ 菜の花 胡瓜 大根 林檎 ｷｷ	
15	水	お 弁 当 会					
16	木	ゆかりご飯 白身魚のパン粉揚げ 五目煮 ソーメン汁 林檎	スコーン 牛乳	白身魚 粉チーズ 鶏肉 大豆 昆布 豆腐 牛乳	白米 パン粉 ソーメン 全粒粉 薄力粉	大根 人参 ニラ トマト 林檎	
17	金	納豆ご飯 豚肉生姜焼き もずく酢 キャベツの味噌汁 オレンジ	ブラウニー 牛乳	納豆 豚肉 ツナ缶 卵 豆腐 もずく 油揚げ	白米 小麦粉 オートミール ココア バター	玉ねぎ 人参 胡瓜 キャベツ オレンジ	
18	土	親子丼 胡瓜の和え物 味噌汁 林檎	はちやくみ 牛乳	鶏もも肉 卵 ツナ缶 ちくわ わかめ 牛乳	白米 はちやくみ	胡瓜 玉葱 人参 ビーマン 大根 林檎	
20	月	枝豆ご飯 チーズちくわ揚げ 豚バラ大根 味噌汁(しめじわかめ) パイン	きな粉ラスク 牛乳	ちくわ チーズ 豚ばら肉 わかめ 牛乳	白米 枝豆 小麦粉 パン粉 食パン きな粉	枝豆 トマト 大根 人参 インゲン しめじ パイン	
21	火	ミートスパゲティ コールスローサラダ アーサ汁 ハナナ	フレンチトースト 牛乳	合挽肉 絹ごし豆腐 鮭フレーク 牛乳	スパ麺 白米 オリブオイル	しめじ 玉葱 ココア 人参 大根 ホールトマト グリンピース 胡瓜 赤ピーマン じゃが芋	
22	水	お 弁 当 会					
23	木	麦ご飯 秋刀魚のかば焼き 林檎 切干大根煮 ゆし豆腐	おからきな粉 ドーナツ	秋刀魚 豚肉 ツキアゲ ゆし豆腐 卵 牛乳	白米押し麦 コンニャク おから ケーキミックス きな粉	トマト 切干大根 椎茸 人参 林檎 ｷｷ	
24	金	わかめご飯 唐揚げチキン ブロccoli炒め トじゃが芋の味噌汁 フルーツヨーグルト	パースデーケーキ 牛乳	鶏もも肉 わかめ ベーコン わかめ ヨーグルト 卵 牛乳	白米 片栗粉 じゃが芋 ケーキ	トマト ブロccoli 人参 玉葱 しめじ にはら 黄桃缶	
25	土	麦ごはん 生揚げのそぼろ煮 胡瓜ちくわサラダ わかめの味噌汁 ハナナ	シモントースト 牛乳	豚挽き肉 わかめ 生揚げ ちくわ 牛乳	白米 押し麦 春雨 食パン バター	人参 インゲン ハナナ エノキダケ 胡瓜 ねぎ ハナナ	
27	月	粟ご飯 タコライス 南瓜天ぷら すまし汁 林檎	ビーチマフィン 牛乳	合挽肉 ビサチーズ 卵 脱脂粉乳 牛乳	白米 粟 じゃが芋 南瓜 小麦粉	大根 ニラ 人参 レタス トマト 小松菜 大根 パセリ	
28	火	牛肉と大豆のハンパドビーフ 大根サラダ シークワーサーセリ 野菜スープ	葛餅 牛乳	大豆 牛肉 ビサチーズ 卵 ベーコン 脱脂粉乳 ツナ缶 牛乳	白米 羊膈 タビオカ きな粉 黒糖	しめじ 玉ねぎ 人参 ビーマン 大根 セロリ 小松菜	
29	水	休 園(昭和の日)					
30	木	ふりかけご飯 鯖のカレー焼 ケーブイリチー ゆし豆腐 林檎	そべぼーぼー 牛乳	鯖 刻み昆布 豚肉 ツキアゲ 大豆 ゆし豆腐 卵 牛乳	白米 ふりかけ 胡麻 カレー粉 コンニャク	ブロccoli 人参 ニラ パイン ネギ	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 4月4日は入園式です。

※ 4月29日は昭和の日でお休みです。