

# 献立表

2021年4月

FUJI English 保育園 〈幼児食〉

日付		献立名	材料名
1	Thu	ごはん 鶏肉の照り焼き 春キャベツのお浸し さつまいものみそ汁	米、鶏もも肉、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、キャベツ、にんじん、ちくわ、濃口しょうゆ、さつまいも、青ねぎ、みそ、けずり節
2	Fri	ごはん 鮭のバターしょうゆ焼き 切干大根のいり煮 ほうれん草のみそ汁	米、鮭、濃口しょうゆ、無塩バター、レモン、切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、いんげん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、みそ、けずり節
3	Sat	お弁当	
5	Mon	カレーライス きゅうりの酢の物 スライスチーズ	米、鶏もも肉、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カレールウ、油、きゅうり、しらす干し、酢、三温糖、食塩、チーズ
6	Tue	ごはん 白身魚の竜田揚げ チンゲン菜の磯部あえ 豆腐のみそ汁	米、キングフィレ、土生姜、濃口しょうゆ、片栗粉、油、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、きざみのり、濃口しょうゆ、木綿豆腐、たまねぎ、青ねぎ、みそ、けずり節
7	Wed	ごはん 厚揚げチャンプル スパゲティサラダ 中華スープ	米、豚肉、生揚げ、たまねぎ、はくさい、赤ピーマン、もやし、濃口しょうゆ、中華だしの素、三温糖、こしょう、ごま油、スパゲティ、にんじん、ツナ油漬缶、マヨドレ、食塩、チンゲンサイ、コーン缶、中華だしの素、濃口しょうゆ
8	Thu	ごはん 鯖の味噌焼き 小松菜の煮びたし たけのこのすまし汁	米、さわら、みそ、濃口しょうゆ、みりん、こまつな、にんじん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、たけのこ(ゆで)、たまねぎ、カットわかめ、けずり節
9	Fri	ごはん 新じゃがのトマト煮 きゃべつのごまドレサラダ わかめスープ	米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、コンソメチキン、カットトマト缶詰、ケチャップ、三温糖、キャベツ、きゅうり、黄ピーマン、酢、白砂糖、油、食塩、ごま、カットわかめ、にら、コンソメチキン、薄口しょうゆ
10	Sat	お弁当	
12	Mon	ごはん さばの梅煮 小松菜のおかか和え みそ汁	米、さば、梅干し、三温糖、濃口しょうゆ、こまつな、にんじん、花かつお、濃口しょうゆ、たまねぎ、油揚げ、青ねぎ、みそ、けずり節
13	Tue	たけのこ入りそばろごはん 焼きかぼちゃ 絹厚揚げのみそ汁	米、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、三温糖、濃口しょうゆ、油、もやし、ほうれそう、コーン缶、濃口しょうゆ、かぼちゃ、油、絹厚揚げ、しめじ、えのきだけ、みそ、けずり節
14	Wed	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのごま和え キャベツのみそ汁	米、豚肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、ブロッコリー、ごま、濃口しょうゆ、キャベツ、にんじん、みそ、けずり節
15	Thu	ごはん 鶏肉の照り焼き 春キャベツのお浸し さつまいものみそ汁	米、鶏もも肉(皮付き)、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、キャベツ、にんじん、ちくわ、濃口しょうゆ、さつまいも、青ねぎ、みそ、けずり節

# 献立表

2021年4月

FUJI English 保育園 〈幼児食〉

日付		献立名	材料名
16	Fri	ごはん 鮭のバターしょうゆ焼き 切干大根のいり煮 みそ汁	米、鮭、濃口しょうゆ、無塩バター、レモン、切り干しだいこん、にんじん、油揚げ、いんげん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節、油、たまねぎ、えのきだけ、ほうれん草、みそ、けずり節
17	Sat	お弁当	
19	Mon	チキンカレーライス きゅうりの酢の物	米、鶏もも肉（皮付き）、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、カレールウ、油、きゅうり、しらす干し、酢、三温糖、食塩
20	Tue	ごはん 白身魚の竜田揚げ チンゲン菜の磯部あえ 豆腐のみそ汁	米、キングフィレ、土生姜、濃口しょうゆ、片栗粉、油、チンゲンサイ、にんじん、しめじ、きざみのり、濃口しょうゆ、木綿豆腐、たまねぎ、青ねぎ、みそ、けずり節
21	Wed	ごはん 厚揚げチャンプル スパゲティサラダ 中華スープ	米、絹厚揚げ、豚肉、たまねぎ、はくさい、赤ピーマン、もやし、濃口しょうゆ、中華だしの素、三温糖、こしょう、ごま油、スパゲティ、にんじん、ツナ油漬缶、マヨドレ、食塩、チンゲンサイ、コーン缶、中華だしの素、薄口しょうゆ
22	Thu	たけのこごはん 鶏肉の祥みそ焼き ブロッコリーのお浸し 麩のすまし汁	米、たけのこ（ゆで）にんじん、油揚げ、薄口しょうゆ、けずり節、鶏もも肉（皮付）、青ねぎ、みそ、濃口しょうゆ、みりん、ブロッコリー、濃口しょうゆ、焼ふ、たまねぎ、みつば、けずり節、薄口しょうゆ
23	Fri	ごはん 新じゃがのトマト煮 キャベツのごまドレサラダ わかめスープ	米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、コンソメチキン、カットトマト缶詰、ケチャップ、三温糖、キャベツ、きゅうり、黄ピーマン、酢、白砂糖、油、食塩、ごま、カットわかめ、にら、コンソメチキン、薄口しょうゆ
24	Sat	お弁当	
26	Mon	ごはん さばの梅煮 小松菜のおか和え みそ汁	米、さば、梅干し、三温糖、濃口しょうゆ、こまつな、にんじん、花かつお、濃口しょうゆ、たまねぎ、えのきだけ、油揚げ、みそ、けずり節
27	Tue	たけのこ入りそぼろごはん 焼きかぼちゃ 絹厚揚げのみそ汁	米、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、たけのこ（ゆで）、三温糖、濃口しょうゆ、油、もやし、ほうれそう、コーン缶、濃口しょうゆ、かぼちゃ、油、絹厚揚げ、えのきだけ、しめじ、みそ、けずり節
28	Wed	ごはん 鶏のから揚げ きゅうりとコーンのお浸し 麩のみそ汁	米、鶏もも肉（皮付き）、こしょう、濃口しょうゆ、片栗粉、油、きゅうり、にんじん、コーン缶、濃口しょうゆ、焼ふ、カットわかめ、みそ、けずり節
29	Thu	休園	
30	Fri	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーのごま和え キャベツのみそ汁	米、豚肉、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、濃口しょうゆ、三温糖、ブロッコリー、ごま、濃口しょうゆ、キャベツ、だいこん、みそ、けずり節

※土曜日はお弁当の準備をお願いいたします。

※10時のおやつはスナック（ハイハイ、小魚家族、ベビーせんべい等）

※3時のおやつは果物（りんご、オレンジ、季節の果物）とスナック（ビスケット、マンナボーロ、野菜家族、かっぱえびせん等）