

# 4 月 献 立 表

海和メーブル保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1回食分量)	材 別 名				10時おやつ	3時おやつ	アレルギー 特定原材料	行事
			顔どかになるもの	血や汗や尿になるもの	体の脂肪を蓄えるもの	調味料				
01 金	ミートソースパスタ おかしなケンケンパイのスープ コーンカレーサラダ バナナ	693.8(433.7) 21.6(11.6) 17.8(11.4) 1.7(1.4)	スパゲティ、七分つき 卵、味噌、油	牛乳、豚ひき肉、鶏皮シ ミ、ツナ、オリーブ油	バナナ、玉ねぎ、キャバ イ、人参、きんぴら、チン パン、コーン、きんぴら、 コーン(冷凍)、ピーマ ン	ケチャップ、しょうゆ、 ウスターソース、ネギの み、卵、片栗粉、しょう ゆ、食塩、相模産しの 菜	牛乳 プレーンクラッカー	牛乳 ソフトクリーム	乳・小麦	入園誌読み
02 土	豚骨味噌汁 人参としじみのみそ汁 りんご	493.1(369.2) 19.1(14.2) 18.6(12.5) 1.1(0.9)	七分つき味噌、片栗粉、卵 黄、油、小豆粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、豚乳 油、鶏皮、人参、 洗きわり大豆、菜のみ (漬物等のみ)、醤油	りんご、人参、玉ねぎ、 小豆、キャバ、しめ じ、コーン	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、食塩	牛乳 きなこせんべい	牛乳 豆乳もち	乳・小麦	
04 、 18 月	ごはん ワカメと小豆のすまし汁 卵のコーン炒め 人参とピーマンの炒め物	533.8(432.6) 21.7(11.7) 19.1(11.2) 1.3(1.1)	七分つき味噌、塩、片 栗粉、小豆粉、食塩、 油、砂糖、ごま油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、 鶏皮、としあん(菜)、卵 黄、オリーブ油	人参、玉ねぎ、コーン (冷凍)、人参、小豆、 キャバ、きんぴら、 コーン、鶏皮、ごま 油、カサネ、生醤油	かつお・昆布だし汁、 めんつゆ、片栗粉、 しょうゆ、食塩、 醤油、ドライイ ースト	牛乳 バタビア(せんべい)	牛乳 あんぱん	乳・小麦	
06 、 19 火	ごはん 鶏肉と豆腐のすまし汁 緑のフライ 小豆餅と人参の炊き込み	621.8(419.6) 27.8(21.7) 17.3(13.4) 1.6(1.2)	七分つき味噌、ひき肉、 油、鶏皮、人参、 しょうゆ、片栗粉、 砂糖	牛乳、さけ、豚ひき肉、 鶏皮、油	小豆餅、人参、人参、 玉ねぎ、しめじ、 片栗粉、ごま油	かつおだし汁、しょう ゆ、ケチャップ、食塩、 カレー粉	牛乳 がらむちポーロ	牛乳 サボイ	乳・小麦	
06 、 20 水	ごはん おとしのきのすまし汁 ミートボールがトマトソース 煎り煮物のサラダ	641.3(441.2) 21.8(11.7) 18.9(13.0) 1.2(0.9)	七分つき味噌、鶏皮、片 栗粉、卵黄、おとしの 菜、しょうゆ、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、とし あん(菜)、オリーブ	玉ねぎ、人参、ホール トマト、ブロッコ リー、コーン(冷凍)、 きんぴら、人参、 しょうゆ、レモン果汁、 お酢、レモン果汁	かつお・昆布だし汁、 卵黄、片栗粉、 しょうゆ、食塩、 しょうゆ	牛乳 きなこせんべい	牛乳 きなこ餅	乳・小麦	
07 、 21 木	しらすごはん 小豆餅と豆腐のみそ汁 鶏肉のから揚げ 煎り煮物のサラダ	634.8(446.4) 23.1(12.1) 18.2(13.5) 1.8(1.5)	七分つき味噌、塩、卵 黄、片栗粉、オリーブ 油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、鶏皮、 しょうゆ、片栗粉、 オリーブ油、菜のみ (漬物等のみ)	人参、キャバ、コーン (冷凍)、きんぴら、 玉ねぎ、ピーマン、 小豆、ごま油	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、ケチャップ、 醤油、ドライイースト、 食塩	牛乳 スレービスケット	牛乳 伊予のピザ	乳・小麦	
08 金	卵炒めカレーライス 鶏肉と豆腐のすまし汁 ブロッコリーの白あん りんごゼリー	555.1(467.8) 22.8(11.7) 16.6(11.9) 1.2(1.0)	七分つき味噌、ひき肉、 油、しょうゆ、片栗粉、 小豆粉、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、豆腐、 鶏皮、鶏皮、豆腐	りんご、鶏皮、人参、 人参、人参、ブロッコ リー、コーン、キャバ イ、えのきび、すりご ろ、鶏皮、生醤油	ケチャップ、片栗粉、 しょうゆ、食塩、 しょうゆ、食塩、 カレー粉	牛乳 プレーンクラッカー	牛乳 いちごあんぱん	乳・小麦	
09 、 23 土	豚骨 おとしのきのすまし汁 バナナ	470.6(360.1) 16.5(12.4) 16.0(11.5) 1.3(1.0)	七分つき味噌、ひき肉、 油、片栗粉、鶏皮、 砂糖、ごま油	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮	バナナ、玉ねぎ、えの きび、小豆、人参、 人参、鶏皮、人参、 人参、鶏皮、人参	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 きなこせんべい	牛乳 いちごもち	乳・小麦	
11 、 25 月	ワカメ 小豆餅と豆腐のみそ汁 きんぴら きんぴらとほうれん草の炒め物	643.8(435.4) 22.8(11.7) 16.5(11.9) 1.4(1.2)	七分つき味噌、ひき肉、 油、しょうゆ、片栗粉、 小豆粉、砂糖、油	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	玉ねぎ、人参、きんぴら 人参、人参、人参、 人参、人参、人参	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 バタビア(せんべい)	牛乳 どら焼き	乳・小麦	
12 、 26 火	ごはん 大根と豆腐のすまし汁 かじ巻のケチャップ炒め キャバツと小豆餅の炒め物	611.4(429.4) 24.1(14.0) 19.0(14.8) 1.3(1.2)	七分つき味噌、鶏皮、 片栗粉、卵黄、砂糖	牛乳、かじ巻、木綿豆腐、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	人参、キャバ、 人参、人参、人参、 人参、人参、人参	かつお・昆布だし汁、 ケチャップ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 がらむちポーロ	牛乳 餅もち	乳・小麦	
13 、 27 水	鶏皮と豆腐 鶏皮と豆腐のすまし汁 かじ巻のケチャップ炒め キャバツと小豆餅の炒め物	669.7(493.5) 22.7(11.7) 18.1(14.2) 1.5(1.1)	七分つき味噌、ひき肉、 油、しょうゆ、片栗粉、 小豆粉、砂糖、油	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	りんご、キャバ、 人参、人参、人参、 人参、人参、人参	しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 きなこせんべい	牛乳 メロンパン風クッキー	乳・小麦	
14 、 28 木	豚骨 小豆餅と豆腐のみそ汁 ブロッコリーの白あん 煎り煮物のサラダ	644.8(446.6) 20.9(11.7) 17.4(11.2) 1.7(1.4)	七分つき味噌、鶏皮、 片栗粉、卵黄、砂糖	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	高とうもろこし、玉 ねぎ、人参、ブロッコ リー、キャバ、 コーン(冷凍)、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	ケチャップ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 スレービスケット	牛乳 おかしな餅	乳・小麦	
15 金	ごはん かじ巻としじみのみそ汁 スダチオ炒め おとしのきのすまし汁	647.9(434.0) 22.8(11.7) 18.9(11.6) 1.6(1.3)	七分つき味噌、片栗粉、 卵黄、油、しょうゆ、 片栗粉、ごま油	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	玉ねぎ、人参、ピーマ ン、人参、人参、 人参、人参、人参	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 クラッカー	牛乳 おかしな餅	乳・小麦	
16 、 30 土	豚骨 おとしのきのみそ汁 りんご	477.8(369.1) 16.6(12.6) 16.7(12.5) 1.6(1.2)	七分つき味噌、ひき肉、 油、しょうゆ、片栗粉、 小豆粉、砂糖、油	牛乳、豚皮(鶏皮)、 鶏皮、鶏皮、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、鶏皮	りんご、人参、キャバ イ、人参、人参、 人参、人参、人参	かつお・昆布だし汁、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 きなこせんべい	牛乳 おかしな餅	乳・小麦	
22 金	卵炒めカレーライス 鶏肉と豆腐のすまし汁 ブロッコリーの白あん りんごゼリー	635.1(457.8) 22.8(11.7) 16.6(11.9) 1.2(1.0)	七分つき味噌、ひき肉、 油、しょうゆ、片栗粉、 小豆粉、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、鶏皮、 鶏皮、鶏皮、豆腐、 鶏皮、鶏皮、豆腐	りんご、鶏皮、人参、 人参、人参、ブロッコ リー、りんご、キャバ イ、えのきび、すりご ろ、鶏皮、生醤油	ケチャップ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉、 しょうゆ、片栗粉	牛乳 プレーンクラッカー	牛乳 いちごあんぱん	乳・小麦	パースデー パーティー

※献立は変更になる場合があります。