



## 2024年4月 献立表(1-2歳)

ちゅらさん保育園

日付	曜日	献立		材料			
		お昼	午後おやつ	黄	赤	緑	その他
				カや体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
1	月	ごはん ベジタブルカレー グリーンサラダ パイン	豆乳 揚げパン	うるち米 じゃがいも カレールウ スイート コーン 和風ドレッシング グロールパン サラダ 油 三温糖	豚もも まぐろ缶詰(油 漬) 調製豆乳 きな粉	たまねぎ にんじん 青 ピーマン ぶなしめじ ブロッコリー きゅうり パインアップル(缶 詰)	水
2	火	ごはん 鮭のみそ焼き 切 干し大根の炒め アーサ汁	豆乳 ちんすこう	うるち米 三温糖 サラダ油 薄 力粉 黒砂糖 ラード	塩ざけ 豚肩ロース 天然だし調 味粉 絹ごし豆腐 調製豆乳	ぶなしめじ こねぎ 切干しい ごん にんじん 青ピーマン りよくとうもやし あおさ	水 料理酒 みそ 塩 こいくちしょうゆ 本みり ん かつおだし
3	水	ごはん マーマレードチキ ン ブロッコリーマヨサラ ダ みそ汁(玉ねぎ、えの き) バナナ	豆乳 青菜おにぎり	うるち米 スイートコーン 三温 糖 むぎごま うるち米	鶏もも肉 まぐろ缶詰(油漬) 天然だし調味粉 調製豆乳	バレンシアオレンジマーマ レード ブロッコリー 赤ピーマ ン たまねぎ えのきたけ バナ ナ	水 料理酒 こいくちしょうゆ ノンエッグマヨ ちゃん みそ かつおだし 青菜ふりかけ
4	木	ごはん 肉じゃが 納豆み そ 大根スープ	豆乳 アガラサー	うるち米 じゃがいも しらたき 三温糖 薄力粉 黒砂糖	豚肩ロース 天然だし調味粉 挽 きわり納豆 まぐろ缶詰(油 漬) 調製豆乳	にんじん たまねぎ だいごん えのきたけ こねぎ	水 こいくちしょうゆ 本みりん みそ 塩 かつ おだし ベーキングパウダー
5	金	ごはん 赤魚のみぞれ煮 きんぴらごぼう みそ汁 (豆腐・わかめ) オレンジ	豆乳 ヨーグルト	うるち米 三温糖 かたくり粉 しらたき ごま油 いりごま	あこうだい 絹ごし豆腐 調製豆 乳 ヨーグルト	だいごん こねぎ ごぼう にん じん さやいんげん 乾燥わかめ バレンシアオレンジ	水 こいくちしょうゆ かつおだし みそ
6	土	中華丼 みそ汁(玉ねぎ、 えのき) もも	豆乳 わかめおにぎり	うるち米 サラダ油 三温糖 か たくり粉	豚もも 調製豆乳	はくさい こまつな にんじん 乾しいたけしょうが たまねぎ えのきたけ もも 乾燥わかめ	こいくちしょうゆ 料理酒 本みりん かつおだ し 水 みそ 塩
8	月	ごはん 松風焼き もずく サラダ みそ汁(大根、 麩、ねぎ)	豆乳 オートミール クッキー	うるち米 バン粉 ごま 三温糖 いりごま 釜焼きふ オートミ ール 薄力粉 サラダ油 ミルク チョコレート	鶏ひき肉 調製豆乳	たまねぎ おきなわもずく にん じん きゅうり りよくとうもや し だいごん こねぎ 干しぶど う	水 みそ 本みりん こいくちしょうゆ 酢 かつ おだし
9	火	ビビンバ丼 みそ汁(キャ ベツ、油揚げ) りんご	豆乳 ジャムサンド	サラダ油 三温糖 ごま油 むぎ ごま うるち米 食パン いちご ジャム	豚肩ロース 油揚げ 調製豆乳	こまつな りよくとうもやし に んじん 焼きのり キャベツ り んご	こいくちしょうゆ 鳥がらだし 水 みそ かつ おだし
10	水	ミートスパゲッティ ポテ トチーズ焼き コーンス ープ バナナ	豆乳 しゃけおにぎり	マカロニ・スパゲッティ 三温 糖 薄力粉 じゃがいも スイ ートコーン スイートコーン う るち米 いりごま	豚ひき肉 ゴーダチーズ 調製豆 乳 しろさけ	にんじん たまねぎ 乾しいたけ ホールトマト缶詰(食塩無添 加) ブロッコリー バナナ	トマトケチャップ 固形ブイオン ウスター ソース 水 ノンエッグマヨちゃん 黒コショウ 洋風だし 塩
11	木	ごはん さばのみそ焼き クーブイリチー えのきの すまし汁	豆乳 ココア蒸しパン	うるち米 三温糖 いりごま こ んにゃく サラダ油 ホットケ ーキミックス	まさば 豚肩ロース 調製豆乳	刻み昆布 切干しいごん にん じん えのきたけ 乾燥わかめ こねぎ	水 みそ 料理酒 こいくちしょうゆ かつおだ し 塩 ピュアココア
12	金	ごはん のり塩チキン 豆 腐チャンプルー 春雨ス ープ オレンジ	豆乳 フルーツゼリー	うるち米 三温糖 かたくり粉 有塩バター はるさめ スイ ートコーン オレンジゼリー	鶏もも肉 木綿豆腐 調製豆乳	あおさ キャベツ にら にんじ ん しいたけ こまつな バレ ンシアオレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ 固形ブイオン
13	土	ごはん もずく丼 みそ汁 (キャベツ、油揚げ) パイ ン	豆乳 ホットケーキ	うるち米 七分つき米 スイ ートコーン 三温糖 サラダ油 片栗 粉 プレミックス粉	豚ひき肉 油揚げ 調製豆乳	おきなわもずく たまねぎ 青 ピーマン しょうが キャベツ パインアップル(缶詰)	水 塩 こいくちしょうゆ 本みりん みそ かつ おだし
15	月	ごはん 冬瓜のあんかけ ほうれん草の中華風お浸 し みそ汁(玉ねぎ、えの き) バナナ	豆乳 スコーン	うるち米 三温糖 かたくり粉 ごま油 いりごま プレミックス 粉 食塩不使用バター ミルク チョコレート	豚肩ロース 調製豆乳	とうがん にんじん しいたけ ぶなしめじ こねぎ しょうが ほうれんそう 切干しいごん りよくとうもやし たまねぎ え のきたけ バナナ 干しぶどう	水 かつおだし 塩 こいくちしょうゆ 本みり ん 中華だし みそ

