2025年　4月　献立表　にじ うみ たいよう

	献立		材　料			おやつ 10時/3時
日・曜		主食	熱や力になるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を整えるもの	主材料
1 火	肉団子 蒸し野菜 にら玉のみそ汁　りんご	ごはん 麦茶		鶏肉・豆腐 卵	玉ねぎ きゃべつ・人参 ・玉ねぎ・えのき にら	ピザパン 食パン・玉ねぎ・ピーマン ・チーズ・ウインナー 牛乳
2 水	がんもの煮物 花野菜サラダ わかめのみそ汁	ごはん 牛乳		がんもどき ツナ・チーズ	昆布 ブロッコリー・人参 わかめ・玉ねぎ	プリン かんてんぱぱ・牛乳 麦茶
3 木	ウインナーと野菜のカレー炒め きゃべつの即席漬け 麩のみそ汁	ごはん 麦茶	じゃが芋 麩	ウインナー	玉ねぎ・人参・しめじ・ ピーマン・コンソメ きゃべつ・塩昆布 わかめ	スコーン 小麦粉・バター・牛乳・BP 牛乳
4 金	チキン南蛮 大根サラダ きゃべつのみそ汁	ごはん 牛乳	マヨネーズ	鶏肉・卵 ツナ 油揚げ	玉ねぎ 大根・水菜 きゃべつ	かぼちゃ餅 かぼちゃ・米粉・ 油・きな粉 麦茶
5 土	入園式					
始業式 7 月	ミートソーススパゲッティ ベイクドじゃが コロコロスープ	スパゲッティ 麦茶	スパゲッティ じゃが芋	豚肉 ベーコン	玉ねぎ・人参・しめじ 青のり 大根・人参・ コーン・コンソメ	桜もち 白米・もち米・ 食紅・こしあん 牛乳
8 火	豆腐のふんわり揚げ 三色おひたし きのこのみそ汁	ごはん 麦茶		豆腐・鶏肉 鰹節	人参・玉ねぎ・ 蓮根・あさつき きゃべつ・人参・小松菜 えのき・しめじ・玉ねぎ	ジャムサンド 食パン・ジャム 牛乳
9 水	鶏肉の野菜あん ごぼうサラダ わかめのみそ汁	ごはん 牛乳	マヨネーズ	鶏肉 ハム	人参・えのき・いんげん ごぼう・人参・ きゅうり・コーン わかめ・玉ねぎ	せんべい 麦茶
10 木	白身魚のコーンクリーム焼 人参しりしり 豆腐のみそ汁	ごはん 麦茶	マヨネーズ	白身魚 ツナ 豆腐	クリームコーン・玉ねぎ 人参・にんにく わかめ	野菜ポッキー 小麦粉・人参・ ほうれん草・バター 牛乳
11 金	焼肉 和風サラダ 大根のみそ汁　キウイ	ごはん 牛乳	ごま	豚肉 カニカマ 油揚げ	玉ねぎ・人参・ ピーマン・にんにく きゃべつ・きゅうり 大根	炊き込みおにぎり 塩昆布・人参・ツナ 麦茶
12 土	焼うどん わかめスープ 果物	うどん 麦茶	うどん	豚肉	きゃべつ・人参・ 玉ねぎ・ピーマン わかめ・えのき・コンソメ	お菓子 麦茶
14 月	鶏の照り焼き コーンサラダ 白菜のみそ汁	ごはん 麦茶	マヨネーズ	鶏肉 油揚げ	昆布 きゃべつ・コーン・人参 白菜	マカロニかりんとう マカロニ・三温糖・黒ゴマ 牛乳

2025年　4月　献立表　にじ・うみ・たいよう

	献立		材　料			おやつ 10時/3時
日・曜		主食	熱や力になるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を整えるもの	主材料
15 火	きゃべつの卵炒め レバー煮 豆腐のみそ汁	ごはん 麦茶		豚肉・卵 鶏レバー	きゃべつ・人参・ ピーマン・玉ねぎ 人参・生姜・にんにく 豆腐・わかめ	おからクッキー 牛乳
16 水	竹輪の磯辺揚げ 五目豆 麩のみそ汁	ごはん 牛乳	小麦粉 麩	竹輪 大豆・豚肉	青のり 昆布・人参・蓮根・ごぼう・ 蒟蒻・干椎茸 玉ねぎ・あさつき	フルーツヨーグルト ヨーグルト・バナナ・黄桃缶・ みかん缶・パイン缶 麦茶
17 木	まぐろの昆布煮 ポテトサラダ わかめのみそ汁	ごはん 麦茶	じゃがいも・マヨネーズ	まぐろ ハム	昆布 きゅうり・人参・コーン わかめ・玉ねぎ	いちご蒸しパン 薄力粉・BP・油・ いちごジャム・食紅 牛乳
18 金	カレーライス 和風サラダ バナナ	ごはん 牛乳	じゃが芋・小麦粉・バター	牛乳・豚肉 カニカマ	玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ しめじ・カレー粉 きゃべつ・きゅうり	ポップコーン とうもろこし・バター 麦茶
19 土	チキンライス 野菜スープ 果物	ごはん 麦茶		鶏肉	玉ねぎ・人参 きゃべつ・人参・コンソメ	お菓子 麦茶
21 月	鮭の塩焼き 切干大根の炒め煮 小松菜のみそ汁	ごはん 麦茶		鮭 豚肉・竹輪	切干大根・玉ねぎ・人参・ 干椎茸・いんげん 小松菜・もやし	みたらし団子 白玉粉・だんご粉・ 三温糖・醤油 牛乳
22 火	麻婆豆腐 春雨サラダ わかめスープ　りんご	ごはん 麦茶	春雨	豆腐・豚肉 ハム	玉ねぎ・人参・ニラ・ 干椎茸・生姜・にんにく きゃべつ・きゅうり・人参 わかめ・えのき・コンソメ	きな粉ラスク 食パン・マーガリン・きな粉 牛乳
23 水	鶏のから揚げ ひじきの炒め煮 きゃべつのみそ汁	ごはん 牛乳	小麦粉 じゃが芋・マヨネーズ	鶏肉 ハム 油揚げ	生姜・にんにく きゅうり・人参・コーン きゃべつ	いももち じゃが芋・片栗粉 麦茶
24 木	お母さん弁当					寒天ゼリー かんてんぱぱ 牛乳
25 金	肉じゃが じゃこサラダ きのこのみそ汁	ごはん 牛乳	じゃが芋	豚肉 ちりめん	玉ねぎ・人参・ つきこん・いんげん きゃべつ・小松菜 えのき・しめじ・玉ねぎ	お好み焼き お好み焼き粉・卵・豆腐・ 桜えび・きゃべつ 麦茶
26 土	親子丼 わかめのみそ汁 果物	ごはん 麦茶	麩	鶏肉・卵	玉ねぎ・椎茸 わかめ	お菓子 麦茶
28 月	ノルウェー風パスタ ほうれん草の磯和え 中華風コーンスープ オレンジ	パン 麦茶	マカロニ	まぐろ 卵	玉ねぎ・人参・ピーマン・ しめじ・コンソメ・トマト缶 ほうれん草・きゃべつ・ 人参・海苔 玉ねぎ・クリームコーン・ コンソメ	枝豆おにぎり 枝豆・塩昆布 牛乳
30 水	栄養きんぴら チキンサラダ 豆腐のみそ汁	ごはん 牛乳	マヨネーズ	豚肉・黒はんぺん 鶏肉	ごぼう・人参・ピーマン・蓮 根・つきこん・カレー粉 パプリカ・きゅうり・レタス 豆腐・わかめ	ホットケーキ 小麦粉・BP・牛乳・ 卵・砂糖・油 麦茶