



平成30年度

4月こんだてひょう



綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
3(火)	しろみさかなのあげに ごまあえ たまごスープ	白身魚 豆腐 卵	片栗粉 油 ごま油	しょうが ほうれん草 人参 キャベツ 玉ねぎ ねぎ	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ 砂糖 塩 きなこ 牛乳
4(水)	まつかぜやき れんこんきんぴら みそしる	鶏ひき肉 卵 牛乳 みそ 油揚げ	砂糖 油 パン粉	玉ねぎ ねぎ れんこん 人参 糸こんにゃく わかめ 大根	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 油 塩 牛乳
5(木)	とうふのまさごあげ サラダ すましじる	鶏ひき肉 豆腐 エビ 卵 ふ ハム ちりめんじゃこ	油 ドレッシング	人参 きゅうり コーン レタス 玉ねぎ ねぎ えのき	魚肉ソーセージ 野菜ジュース せんべい	魚肉ソーセージ 野菜ジュース せんべい
6(金)	カレーライス (チキン) マカロニサラダ チーズ	鶏肉 ハム チーズ	じゃがいも 油 マヨネーズ マカロニ	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり コーン	ホットケーキ ぎゅうきゅう	ホットケーキ粉 卵 牛乳
9(月)	きつねうどん さつまいものてんぷら バナナ 	油揚げ かまぼこ	うどん 油 天ぷら粉 さつまいも	ねぎ 玉ねぎ バナナ	おにぎり おちゃ	米 ゆかり ちりめんじゃこ お茶
10(火)	からあげ わかめとはるさめのあえもの スープ	鶏肉 ベーコン カニかまぼこ	油 卵 小麦粉 春雨 じゃがいも	玉ねぎ もやし ピーマン わかめ きゅうり 人参	おかし オレンジ ぎゅうにゅう	おかし オレンジ 牛乳
11(水)	お弁当の日		 		マフィン ぎゅうにゅう	薄力粉 砂糖 卵 牛乳
12(木)	さけのいそべあげ サラダ みそしる	鮭 豆腐 みそ	油 ごま 天ぷら粉 砂糖	青のり レタス コーン 人参 しめじ ねぎ 玉ねぎ	ひとくちゼリー せんべい 牛乳	ひとくちゼリー せんべい 牛乳
13(金)	チンジャオロース カリカリサラダ ふわふわスープ	牛肉 卵 ベーコン	砂糖 油 ワンタンの皮	たけのこ 人参 玉ねぎ きゃべつ コーン きゅうり ねぎ もやし	ラスク ぎゅうにゅう	フランスパン 砂糖 マーガリン 牛乳
16(月)	豚肉のしょうがやき はるさめサラダ すましじる	豚肉 かまぼこ 豆腐	油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 きゃべつ ねぎ えのき	おかし バナナ ぎゅうにゅう	おかし バナナ 牛乳
17(火)	しろみさかなのカレームニエル きりぼしだいこんのもの みそしる	白身魚 ツナ缶 豆腐 みそ	小麦粉 油 バター 砂糖	切り干し大根 人参 ごぼう ねぎ 玉ねぎ わかめ	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン はちみつ 牛乳
18(水)	ローストチキン ちゅうかふうサラダ コンソメスープ	鶏肉 ハム ベーコン	砂糖 春雨 ごま油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン ねぎ	プリン おかし ぎゅうにゅう	プリン おかし 牛乳
19(木)	こうやどうふのたまごとじ あげしゅうまい すましじる	高野豆腐 卵 豆腐 かまぼこ	じゃがいも 油 砂糖 しゅうまいの皮	玉ねぎ グリーンピース 人参 わかめ えのき	フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ジュース サイダー 寒天 砂糖 牛乳
20(金)	ミートスパゲティー レタスサラダ ポテトスープ 	豚ひき肉 ハム ベーコン	スパゲティー ドレッシング じゃがいも	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス コーン きゅうり	ココアむしばん ぎゅうにゅう	蒸しパンミックス ココア 牛乳
23(月)	スクエアハンバーグ もやしのナムル みそしる	合びき肉 卵 カニかまぼこ 牛乳 豆腐 みそ	パン粉 ドレッシング ふ	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり コーン わかめ えのき	おかし りんご ぎゅうにゅう	おかし りんご 牛乳
24(火)	さけのしおやき やさいとささみのあえもの けんちんじる	鮭 ささみ はんぺん	油 里芋	さやいんげん 人参 大根 ごぼう ねぎ	きなこしらたま ぎゅうにゅう	白玉粉 きなこ 豆腐 牛乳
25(水)	マーボー豆腐 わかめとコーンのサラダ オレンジ	豆腐 ハム	油 砂糖	人参 玉ねぎ わかめ コーン レタス しょうが オレンジ	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット
26(木)	お誕生会 わかめごはん  エビフライ スパゲティーサラダ みそしる プチトマト ブロッコリー デザート	ツナ缶 油揚げ エビ 卵 みそ ハム 豆腐	パン粉 小麦粉 油 マヨネーズ スパゲティー	人参 わかめ コーン きゅうり えのき 玉ねぎ ブロッコリー プチトマト	ケーキ ぎゅうにゅう	ケーキ 牛乳
27(金)	だいずとういんナーのかきあげ きゃべつのおかかあえ はるさめスープ	大豆 ウィンナー ハム ベーコン おかか	天ぷら粉 春雨	キャベツ 人参 玉ねぎ きゅうり ちんげんさい ねぎ	おかし オレンジ ぎゅうにゅう	おかし オレンジ 牛乳
30(月)	さばのにつけ かぼちゃサラダ すましじる	さば 豆腐	砂糖 油 かぼちゃ マヨネーズ	人参 きゅうり コーン えのき 玉ねぎ ねぎ	ピザトースト ぎゅうにゅう	食パン ピザソース コーン ベーコン ピーマン 牛乳

材料購入等により変更させていただくことがあります。

3歳児以上は毎日白ごはんをもってきてください。

お弁当の日のごはんとおかずをいれてもってきてください。

おたのしみにデザート(くだもの)をもってきていただいてもかまいません。

4月11日(月)、4月20日(金)とお誕生会の日には白ごはんはいりません。

