



# 4月 給食予定献立表



令和3年3月31日 小柳保育園

日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくする)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ
1	木	パン 野菜コロッケ ホイコーロー トマト 玉子と玉ねぎのスープ オレンジ	豚肉・卵 牛乳	キャベツ・ピーマン・長ねぎ トマト・玉ねぎ・オレンジ	パン・油 コロッケ	牛乳 おかし
2	金	ふりかけごはん けんちん汁 ハムカツ 干キャベツ パナナ	鶏肉・ハムカツ 豆腐・牛乳	大根・人参・ごぼう・椎茸 万能ねぎ・キャベツ・パナナ	ごはん こんにやく・油	牛乳 おかし
3	土	ポークカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚肉・卵 サラダファミリー	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ルー・ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
5	月	塩バターコーンラーメン オレンジ	焼豚・卵 なると・牛乳	もやし・長ねぎ・コーン・水菜 メンマ・わかめ・オレンジ	中華麺 ラーメンスープ	ヨーグルト おかし
6	火	ごはん 十和田バラ焼き 千切りキャベツ 小松菜お浸し なめこと大根の味噌汁 パナナ	豚肉 牛乳	玉ねぎ・キャベツ・小松菜 人参・なめこ・大根・パナナ	ごはん	牛乳 おかし
7	水	ごはん さんまの蒲焼 ブロッコリーサラダ 切り干し大根煮 わかめと玉ねぎの味噌汁 いちご	さんまの蒲焼 大角天	ブロッコリー・きゅうり・コーン・いんげん 切り干し大根・玉ねぎ・わかめ・いちご	ごはん	牛乳 おかし
8	木	ごはん メンチカツ 野菜炒め 人参サラダ ほうれん草とはんぺんのスープ パイン缶	メンチカツ・ハム はんぺん・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・もやし 人参・ほうれん草・パイン缶	ごはん 油	牛乳 おかし
9	金	ひじき炊き込みごはん 中華あんかけスープ もやしの胡麻和え エビ焼売 パナナ	油揚げ・豚肉・卵 エビ焼売・牛乳	人参・ひじき・椎茸・白菜・きくらげ 長ねぎ・葱・もやし・パナナ	ごはん ごま	牛乳 おかし
10	土	チキンカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	鶏肉・卵 サラダファミリー	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ルー・ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
12	月	とり天うどん オレンジ	とり天・板かま 卵・牛乳	ほうれん草・長ねぎ・わかめ オレンジ	うどん 油	牛乳 おかし
13	火	ごはん 玉子焼き 肉じゃが じゃこピーマン わかめと板麩の味噌汁 パナナ	玉子焼き・牛肉 ちりめん・牛乳	人参・玉ねぎ・ピーマン・わかめ パナナ	ごはん・板麩 糸こんに	牛乳 おかし
14	水	ごはん さばの塩焼き 白菜のなめたけ和え かぼちゃ煮 なめこと豆腐の味噌汁 いちご	さば・豆腐 牛乳	白菜・なめたけ・かぼちゃ なめこ・いちご	ごはん 砂糖	牛乳 おかし
15	木	<お誕生会>ミートソーススパゲティー 大根サラダ トマト ウイナー玉子 もずくスープ オレンジ ゼリー	豚ひき・ウイナー 卵・牛乳	玉ねぎ・人参・大根・きゅうり トマト・もずく・万能ねぎ・オレンジ	スパゲティー	ヤクルト ケーキ
16	金	麻婆丼 もやしナムル 魚肉ソーセージ 具沢山味噌汁 オレンジ	豚ひき・豆腐 魚肉ソーセージ・牛乳	もやし・ほうれん草・人参・わかめ なめこ・大根・水菜・長ねぎ・オレンジ	ごはん ごま油	牛乳 おかし
17	土	ハヤシーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	豚肉・卵 サラダファミリー	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ルー・ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
19	月	きつねうどん フルーツポンチ	油揚げ・卵 板かま・牛乳	ほうれん草・わかめ・長ねぎ フルーツカクテル・ゼリー	うどん	牛乳 おかし
20	火	ごはん かに玉 ほうれん草のピーナッツ和え 人参のきんぴら きのこの味噌汁 パイン缶	かに・卵 牛乳	長ねぎ・椎茸・人参・ほうれん草 えのき・しめじ・パイン缶	ごはん ピーナッツ粉	牛乳 おかし
21	水	ごはん 赤魚の煮付け きゅうりサラダ ウイナー 大根煮 きゃべつと油揚げの味噌汁 パナナ	赤魚・サラダファミリー ウイナー・油揚げ・牛乳	きゅうり・大根・キャベツ パナナ	ごはん	牛乳 おかし
22	木	ロールパン コーンクリームコロッケ サラダ ニラ玉 ほうれん草と麩のスープ オレンジ	卵 ハム・牛乳	レタス・きゅうり・玉ねぎ・ニラ かぶ・ほうれん草・オレンジ	パン・油・麩 コーンコロッケ	牛乳 おかし
23	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ パナナ	納豆・豚肉・焼豆腐 ハム・牛乳	人参・牛蒡・白菜・長ねぎ・キャベツ 大根・玉ねぎ・しめじ・きゅうり・パナナ	ごはん マカロニ	ジョア おかし
24	土	ビーフカレーライス 福神漬け サラダ アンパンマンジュース	牛肉・卵 サラダファミリー	人参・玉ねぎ・レタス・きゅうり・トマト 福神漬け・アンパンマンジュース	ルー・ごはん じゃがいも	牛乳 おかし
26	月	醤油ラーメン オレンジ	焼豚・卵・なると 牛乳	ほうれん草・わかめ・メンマ 長ねぎ・オレンジ	中華麺 ラーメンスープ	牛乳 おかし
27	火	<子供の日集会>エビピラフ スパニッシュオムレツ グリーンサラダ いかのフライ スープ オレンジ ゼリー	むきエビ・ベーコン イカフライ・牛乳	玉ねぎ・人参・レタス・ブロッコリー きゅうり・もやし・わかめ・オレンジ	ごはん じゃがいも・油	牛乳 おかし
28	水	ごはん あじフライ 干キャベツ スパ炒め 豚汁風味味噌汁 パイン缶	あじフライ 豆腐・牛乳	きゃべつ・玉ねぎ・大根 人参・パイン缶	ごはん・油 スパゲティー	牛乳 おかし
30	金	親子丼 野菜のお浸し さつま芋の甘煮 具沢山味噌汁 いちご	鶏もも・卵 油揚げ・牛乳	白菜・アスパラ・人参・しめじ 玉ねぎ・キャベツ・長ねぎ・いちご	ごはん さつま芋の甘煮	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。

## <給食室から一言>

新生活がスタートしました。新しい環境に慣れて元気に過ごすために、早寝早起き、三食の食事をきちんととるなど、生活リズムを整えていきましょう。4月は内科検診、歯科検診があります。私たち給食職員一同、みんなが食べる喜びや食事に興味を持てるような環境づくりに努めていきたいと思ひます。今年一年どうぞよろしくお願ひします！！

