

乳幼児献立表

2021年4月

京急キッズランド黄金町保育園

日付 曜日	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1日 木	午前おやつ	ビスケット・牛乳		牛乳		マリービスケット
	昼食	カレーライス	米、じゃがいも	豚肩ロース	玉ねぎ、人参	カレールウ
		キャベツのツナサラダ 春雨スープ	油、砂糖 はるさめ	ツナ缶	キャベツ、人参	酢、食塩
午後おやつ	バナナヨーグルト・麦茶	砂糖	ヨーグルト	バナナ		
2日 金	午前おやつ	昆布&せんべい・牛乳		牛乳	おしゃぶり昆布	星たべよ
	昼食	ごはん	米			
		カレイの煮つけ 小松菜のおかか和え さつまいものみそ汁	砂糖 さつまいも	かれい かつお節 みそ	しょうが 小松菜、もやし、人参 ねぎ	しょうゆ、和風だし しょうゆ、和風だし かつお・昆布だし汁
午後おやつ	ツナスパゲティー・麦茶	スパゲティー、油	ツナ缶	玉ねぎ、マッシュルーム、のり	しょうゆ、酒、食塩	
3日 土	午前おやつ	おせんべい・牛乳		牛乳		甘辛せんべい
	昼食	青菜チャーハン 中華きゅうり和え もやしのスープ	米、ごま油 砂糖、ごま油	しらす	ほうれん草、人参、ねぎ きゅうり もやし、人参、にら	しょうゆ、食塩 しょうゆ、酢 鶏ガラだし、しょうゆ、食塩
		午後おやつ	マカロニきな粉・牛乳	マカロニ、砂糖	きな粉、牛乳	
5日 月	午前おやつ	クラッカー・牛乳		牛乳		クラッカー
	昼食	ごはん	米			
		新じゃがいもの煮物 小松菜の納豆和え なめこのみそ汁	じゃがいも、砂糖、油 砂糖、ごま油	豚肉 納豆 豆腐、みそ	玉ねぎ、しらたき、人参、いんげん もやし、小松菜、人参 なめこ、三つ葉	しょうゆ、みりん、和風だし しょうゆ、酢 かつお・昆布だし汁
午後おやつ	みかん寒天・牛乳	砂糖	牛乳	みかん缶、寒天		
6日 火	午前おやつ	アスパラビスケット・牛乳		牛乳		アスパラビスケット
	昼食	ごはん	米			
		さばの塩焼き キャベツの甘酢あえ 具だくさんみそ汁	砂糖	さば	キャベツ、もやし、人参 大根、人参、こんにゃく	食塩 酢、食塩 かつお・昆布だし汁
午後おやつ	いちごのスコーン・牛乳	砂糖、小麦粉、バター	牛乳、卵、牛乳	いちごジャム	ベーキングパウダー、食塩	
7日 水	午前おやつ	ヨーグルト・麦茶	砂糖	ヨーグルト		
	昼食	ロールパン	ロールパン			
		豆腐ハンバーグ 彩り粉ふき芋 野菜スープ	パン粉、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳、卵	玉ねぎ ブロッコリー、人参、パセリ 玉ねぎ、人参、コーン缶	ケチャップ、ソース、食塩 食塩 コンソメ、しょうゆ、食塩
午後おやつ	みそ焼きおにぎり・麦茶	米、砂糖	みそ		みりん	
8日 木	午前おやつ	ビスケット・牛乳		牛乳		マリービスケット
	昼食	ごはん・手作りふりかけ ひじき卵焼き ほうれん草のナムル かぼちゃのみそ汁	米、砂糖 砂糖、油 ごま油	白ごま、かつお節 卵 白ごま みそ	昆布 人参、ねぎ、ひじき ほうれん草、もやし、人参 かぼちゃ、玉ねぎ	みりん、しょうゆ、酢 しょうゆ、和風だし しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	きなこクッキー・牛乳	小麦粉、砂糖、バター	きな粉、白ごま、牛乳	
9日 金	午前おやつ	小魚&せんべい・牛乳		牛乳、食べる煮干し		星たべよ
	昼食	ごはん	米			
		キャベツと豚肉のみそ炒め いんげんとささ身の胡麻あえ きのこのスープ	油、砂糖 砂糖	豚肉、みそ 鶏ささみ、すりごま	キャベツ、人参、ピーマン もやし、いんげん、人参 しめじ、えのきたけ、玉ねぎ	酒、しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが しょうゆ コンソメ、しょうゆ、食塩
午後おやつ	あげぼん・牛乳	ロールパン、グラニュー糖、油	牛乳			
10日 土	午前おやつ	おせんべい・牛乳		牛乳		甘辛せんべい
	昼食	マーボーなす丼 もやしとニラのあえ物 豆腐とわかめのスープ	米、砂糖、片栗粉、ごま油 砂糖、ごま油	豚ひき肉、みそ 豆腐	なす、ねぎ もやし、人参、にら わかめ	しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが しょうゆ コンソメ、しょうゆ、食塩
		午後おやつ	クラッカーサンド・牛乳		牛乳	いちごジャム
12日 月	午前おやつ	クラッカー・牛乳		牛乳		クラッカー
	昼食	ごはん	米			
		鶏肉のごまみそ焼き 切干し大根のサラダ おふのすまし汁	砂糖 砂糖、ごま油 麩	鶏もも、みそ、すりごま	もやし、赤ピーマン、ピーマン きゅうり、人参、切干大根 えのきたけ、人参	みりん、しょうゆ 酢、しょうゆ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
午後おやつ	ドーナツ・牛乳	ホットケーキ粉、油	牛乳、豆腐、牛乳			
13日 火	午前おやつ	アスパラビスケット・牛乳		牛乳		アスパラビスケット
	昼食	ごはん	米			
		鮭の塩焼き 新ごぼうのきんぴら たまねぎとわかめのみそ汁	砂糖、ごま油	鮭 ちくわ、白ごま みそ、油揚げ	ごぼう、人参、さやえんどう 玉ねぎ、わかめ	食塩 しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁
午後おやつ	ごまトースト・牛乳	食パン、グラニュー糖、バター	白ごま、牛乳			
14日 水	午前おやつ	レーズン・飲むヨーグルト		ヨーグルト(ドリンク)	レーズン	
	昼食	ごはん	米			
		肉豆腐 もやしとじゃこのあえ物 だいごのみそ汁	砂糖 ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚肉 しらす 油揚げ、みそ	白菜、玉ねぎ、人参 もやし、人参 大根	しょうゆ、みりん、和風だし しょうゆ 煮干だし汁、昆布だし汁
午後おやつ	ポップコーン・牛乳	ポップコーン、油	牛乳		食塩	
15日 木	午前おやつ	アスパラビスケット・牛乳		牛乳		アスパラビスケット
	昼食	ごはん	米			
		豚肉のレモンしょうゆ炒め きゅうりとわかめの酢の物 玉ねぎのみそ汁	砂糖	豚肉 みそ	人参、玉ねぎ、レモン汁 きゅうり、みかん缶、わかめ 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、おろしにんにく 酢、しょうゆ かつお・昆布だし汁
午後おやつ	ピザ・牛乳	ぎょうざの皮	ハム、チーズ、牛乳	ピーマン、玉ねぎ	ケチャップ	
22日 木	午前おやつ	ビスケット・牛乳		牛乳		マリービスケット
	昼食	ごはん・手作りふりかけ ひじき卵焼き ほうれん草のナムル かぼちゃのみそ汁	米、砂糖 砂糖、油 ごま油	白ごま、かつお節 卵 白ごま みそ	昆布 人参、ねぎ、ひじき ほうれん草、もやし、人参 かぼちゃ、玉ねぎ	みりん、しょうゆ、酢 しょうゆ、和風だし しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁
		午後おやつ	お誕生おやつ☆桜クレープ・牛乳	小麦粉、砂糖、白玉粉	つぶしあん、牛乳	いちご
30日 金	午前おやつ	ビスケット・牛乳		牛乳		マリービスケット
	昼食	こいのぼりライス 鶏の照り焼き いんげんの胡麻あえ コンソメスープ	米 油 砂糖	ウインナー 鶏もも すりごま 牛乳	玉ねぎ、人参、コーン缶、いんげん 玉ねぎ もやし、いんげん、人参 クリームコーン、玉ねぎ、パセリ粉	ケチャップ、食塩 しょうゆ、おろししょうが、みりん しょうゆ コンソメ
		午後おやつ	こいのぼりケーキ・牛乳	食パン、砂糖、油、グラニュー糖	生クリーム、牛乳	バナナ、みかん缶

メニューは変更することがございます。ご了承ください。