

乳 幼 児 献 立 表

2021年4月

京急キッズランド新高島保育園

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	その他
1日 木	午前おやつ	アスパラビスケット・牛乳	アスパラビスケット	牛乳		
	昼食	カレーライス キャベツとトマトのフレンチサラダ バナナ	米、じゃがいも、小麦粉、油 油、砂糖	豚もも、バター、スキムミルク	玉ねぎ、人参 キャベツ、きゅうり、トマト バナナ	ソース、ケチャップ、食塩、カレー粉、コンソメ 酢、食塩
12日 月	午後おやつ	豆乳かんでん・牛乳	砂糖、黒砂糖	豆乳、きな粉、牛乳	寒天	
2日 金	午前おやつ	マンナ・牛乳	マンナビスケット	牛乳		
	昼食	ごはん 鶏肉の照り焼き スピナチサラダ なめこと大根の味噌汁	米 油 白ごま、砂糖	鶏もも ツナ缶 みそ	ほうれん草、人参 大根、なめこ	しょうゆ、本みりん、酒、おろししょうが しょうゆ、酢 かつお・昆布だし汁
13日 火	午後おやつ	炒めうどん・牛乳	ゆでうどん、油	豚もも、牛乳	玉ねぎ、ピーマン、人参、青のり	しょうゆ、食塩
3日 土	午前おやつ	塩せんべい・豆乳	塩せんべい	豆乳		
	昼食	ミートソーススパゲティ いりどりサラダ もやしスープ	スパゲティ、油、小麦粉 じゃがいも、マヨドレ	豚ひき肉、粉チーズ	玉ねぎ、人参、マッシュルーム 人参、きゅうり もやし、人参、コーン	ケチャップ、パセリ粉、こしょう コンソメ、食塩
17日 土	午後おやつ	ゆかりおにぎり・牛乳	米	牛乳		ゆかりの素
5日 月	午前おやつ	星たべよ・牛乳	星たべよ	牛乳		
	昼食	ごはん 豚だいこん しらす和え 豆腐とねぎの清汁	米 砂糖	豚もも、みそ しらす 豆腐	大根、人参 人参、小松菜、もやし ねぎ	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ、おろししょうが しょうゆ かつおだし汁、食塩、しょうゆ
19日 月	午後おやつ	手作りクッキー・牛乳	小麦粉、油、砂糖	牛乳		
6日 火	午前おやつ	マリー・牛乳	マリービスケット	牛乳		
	昼食	ロールパン ポークビーンズ ブロッコリーのマヨ和え キャベツスープ バナナ	ロールパン 油、砂糖	大豆、豚もも	玉ねぎ、人参 ブロッコリー、人参 キャベツ、玉ねぎ バナナ	ケチャップ、食塩 マヨドレ、食塩 コンソメ、食塩
20日 火	午後おやつ	ひじきごはん・牛乳	米、押麦、砂糖	油揚げ、牛乳	人参、いんげん、ひじき	かつお・昆布だし汁、しょうゆ
7日 水	午前おやつ	ブルー・牛乳		牛乳	種なしブルー	
	昼食	かけうどん だし巻き卵 切干し大根の煮物 オレンジ	ゆでうどん 砂糖 油、砂糖	豚もも 卵 油揚げ	人参、ねぎ、小松菜	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん
21日 水	午後おやつ	きなこトースト・牛乳	食パン、マーガリン、砂糖	きな粉、牛乳		
8日 木	午前おやつ	マンナ・牛乳	マンナビスケット	牛乳		
	昼食	ごはん 魚の変わり焼き 三色おひたし 麩とほうれん草の味噌汁	米 パン粉	かれい かつお節 みそ	もやし、きゅうり、人参 ほうれん草	マヨドレ、食塩、こしょう しょうゆ かつお・昆布だし汁
22日 木	午後おやつ	フレンチポテト・牛乳	じゃがいも、油	牛乳		食塩、パセリ粉
9日 金	午前おやつ	クラッカー・牛乳	クラッカー	牛乳		
	昼食	ごはん 豆腐のつくね焼き いんげんの胡麻和え 玉ねぎとじゃがいものみそ汁	米 パン粉、片栗粉、砂糖、油 すりごま、砂糖 じゃがいも	木綿豆腐、鶏ひき肉、卵 みそ	人参、玉ねぎ 人参、もやし、いんげん 玉ねぎ	しょうゆ、食塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁
23日 金	午後おやつ	蒸しパン・牛乳	小麦粉、砂糖	卵、スキムミルク、牛乳	レーズン	ベーキングパウダー
10日 土	午前おやつ	アスパラビスケット・豆乳	アスパラビスケット	豆乳		
	昼食	ごはん 生揚げの中華煮 黄金煮 わかめと玉ねぎの味噌汁	米 油、片栗粉、砂糖 さつまいも、砂糖	生揚げ、豚もも バター みそ	玉ねぎ、人参、ねぎ 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、おろしにんにく、おろししょうが 食塩 かつお・昆布だし汁
24日 土	午後おやつ	シュガートースト・牛乳	食パン、マーガリン、砂糖	牛乳		
14日 水	午前おやつ	クラッカー・牛乳	クラッカー	牛乳		
	昼食	マーボー豆腐丼 拌三絲 わかめとえのきの清汁	米、ごま油、片栗粉、砂糖 はるさめ、砂糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ	ねぎ、人参、エリンギ、しょうが きゅうり、人参、もやし えのきだけ、人参、カットわかめ	しょうゆ、食塩 酢、しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩
26日 月	午後おやつ	ミロケーキ・牛乳	小麦粉、砂糖	卵、牛乳、バター		ミロ、ベーキングパウダー
15日 木	午前おやつ	マリー・牛乳	マリービスケット	牛乳		
	昼食	ごはん 豚肉の生姜焼き 人参のしりしりー かぶと油揚げの味噌汁	米 油 油	豚もも ツナ缶、卵 みそ、油揚げ	玉ねぎ、しょうが 人参 かぶ、かぶの葉	みりん、しょうゆ しょうゆ、食塩 かつお・昆布だし汁
27日 火	午後おやつ	フルーツヨーグルト・麦茶	砂糖	ヨーグルト	バナナ、みかん缶、パイン缶	
16日 金	午前おやつ	レーズン・牛乳		牛乳	レーズン	
	昼食	ロールパン ジャーマンオムレツ サワークラフト わかめスープ	ロールパン じゃがいも、油 砂糖	卵、ベーコン	玉ねぎ キャベツ、人参 ねぎ、カットわかめ	ケチャップ、食塩 酢、食塩 コンソメ、食塩
28日 水	午後おやつ	鮭おにぎり・牛乳	米、白ごま	鮭、牛乳		食塩
30日 金	午前おやつ	星たべよ・牛乳	星たべよ	牛乳		
	昼食	ごはん レバーのカレー揚げ れんこんの酢の物 キャベツとコーンの味噌汁 オレンジ	米 油、片栗粉 砂糖	豚レバー みそ	きゅうり、れんこん、人参 キャベツ、コーン オレンジ	しょうゆ、カレー粉 酢、食塩 かつお・昆布だし汁
30日 金	午後おやつ	ぶどうゼリー・牛乳	砂糖	ゼラチン、牛乳	ぶどうジュース	