



4月ランチメニュー



認定こども園大谷オアシス保育園



(曜日)	午前 おやつ	献立名	食品名	午後おやつ	食品名
4月1日 (木)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆じゃが芋と油揚げのみそ汁 ☆ほっけのカレー焼き ☆大根と人参のツナ煮 ☆フルーツ	米 押し麦 じゃが芋 油揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干し ほっけ 醤油 酒 カレー粉 小麦粉 片栗粉 菜種油 大根 人参 ツナ グリンピース 菜種油 三温糖 醤油 リンゴ	牛乳 ごまマフィン	牛乳 小麦粉・バター 全粒粉・卵 すり胡麻 フォアパックミル
4月2日 (金)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆白菜とえのきの豆乳みそ汁 ☆かみなり豆腐 ☆胡瓜の醤油和え ☆フルーツ	米 押し麦 白菜 えのき 豆乳 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豆腐 豚ひき肉 つきこんにゃく 玉葱 人参 たけのこ水煮 干椎茸 生姜 菜種油 胡瓜 醤油 / 三温糖 醤油 片栗粉 ごま油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵
4月3日 (土)	牛乳 リンゴ	☆かしわうどん ☆さつま芋の含め煮 ☆フルーツ	茹うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 干椎茸 長葱 ほうれん草 かつお節 醤油 塩 昆布 みりん さつま芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月5日 (月) 1学期 始業式	牛乳 オレンジ	☆ちゃんこ風うどん ☆青のりポテト ☆フルーツ	茹うどん 鶏もも肉 大根 白菜 人参 ごま油 鉄強化味噌 醤油 ニンニク 生姜 かつお節 昆布 じゃが芋 塩 青のり リンゴ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月6日 (火)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆大根と厚揚げのみそ汁 ☆鮭のフライ ☆小松菜ののり和え ☆フルーツ	米 押し麦 大根 厚揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鮭 塩 小麦粉 卵 パン粉 菜種油 小松菜 のり 醤油 オレンジ	牛乳 きな粉マカロニ	牛乳 小麦粉 きな粉
4月7日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆さつま芋と長葱のみそ汁 ☆マーボー豆腐 ☆大根しらすサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 さつま芋 長葱 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豆腐 豚ひき肉 人参 玉葱 長葱 生姜 ニンニク 鉄強化味噌 菜種油 胡麻油 大根 しらす干し かいわれ大根 菜種油 酢 醤油 三温糖 / 醤油 三温糖 片栗粉 バナナ	ヨーグルト ビスケット	牛乳 小麦粉 卵 乳
4月8日 (木)	牛乳 バナナ	☆ロールパン ☆シチュー ☆ハンバーグ ☆人参甘煮 ☆フルーツ	ロールパン(小麦・卵・乳を含む) 鶏もも肉 じゃが芋 玉葱 人参 菜種油 ホワイトソース 豆乳 牛乳 塩 パセリ 豚ひき肉 玉葱 菜種油 卵 パン粉 塩 ケチャップ 中濃ソース 人参 三温糖 塩 リンゴ	牛乳 みそおにぎり	牛乳 米・小松菜 しらす干し
4月9日 (金)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆白菜としめじのみそ汁 ☆鶏肉のソース焼き ☆切干大根とひじき煮 ☆フルーツ	米 押し麦 白菜 しめじ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鶏もも肉 中濃ソース 切干大根 油揚げ 人参 ひじき 菜種油 三温糖 醤油 グリンピース バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵
4月10日 (土)	牛乳 リンゴ	☆和風スープパゲッティー ☆じゃが芋味噌煮 ☆フルーツ	スパゲッティー ツナ缶 玉葱 人参 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのり かつお節 ホタテ キャベツ ニンニク じゃが芋 三温糖 鉄強化味噌 醤油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月12日 (月)	牛乳 バナナ	☆チキンカレー ☆白菜とわかめのスープ ☆ほうれん草のコーン和え ☆フルーツ	米 押し麦 鶏もも肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールー(小麦・乳を含む) 菜種油 白菜 わかめ かつお節 塩 醤油 ほうれん草 ホールコーン 醤油 くり組 カレーに豆乳が入っています。 リンゴ	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦粉
4月13日 (火)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆玉葱と人参の豆乳みそ汁 ☆たらの胡麻焼き ☆ごぼうと人参の炒め煮 ☆フルーツ	米 押し麦 玉葱 人参 豆乳 鉄強化味噌 味噌 煮干し たら 醤油 酒 みりん 小麦粉 片栗粉 すりごま 菜種油 ごぼう 人参 つきこんにゃく 生揚げ 菜種油 醤油 みりん 三温糖 オレンジ	牛乳 ルンゼ ケーキ	牛乳 小麦粉・卵 ルンゼジュース バター・レーズン ママレード
4月14日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆じゃが芋と長葱のみそ汁 ☆炒め納豆 ☆大根のおかか和え ☆フルーツ	米 押し麦 じゃが芋 長葱 煮干し 鉄強化味噌 味噌 納豆 豚ひき肉 玉葱 人参 菜種油 卵 菜種油 大根 かつお節 醤油 バナナ	牛乳 メロンパン	牛乳 小麦粉 卵

(作成者：管理栄養士 尾立 正代)

4月ランチメニュー



(曜日)	午前 おやつ	献立名	食品名	午後おやつ	食品名
4月15日 (木)	牛乳 リンゴ	☆ご飯 ☆キャベツと油揚げのみそ汁 ☆鶏肉の唐揚げ ☆春雨サラダ ☆フルーツ	米 押し麦 キャベツ 油揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 鶏もも肉 生姜 醤油 酒 片栗粉 菜種油 春雨 胡瓜 もやし ホールコーン 人参 菜種油 酢 三温糖 醤油 ごま油 オレンジ	牛乳 南瓜パン	牛乳 小麦粉 南瓜 豆乳
4月16日 (金)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆水菜とえのきのみそ汁 ☆ずすぎやき風煮 ☆ブロッコリーの生姜和え ☆フルーツ	米 押し麦 水菜 えのき 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豚もも肉 焼き豆腐 白滝 白菜 玉葱 人参 菜種油 三温糖 みりん 醤油 ブロッコリー 生姜 醤油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵
4月17日 (土)	牛乳 リンゴ	☆かしわうどん ☆じゃが芋の含め煮 ☆フルーツ	茹うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 干椎茸 長葱 ほうれん草 かつお節 醤油 塩 昆布 みりん じゃが芋 三温糖 醤油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月19日 (月)	牛乳 バナナ	☆醤油ラーメン ☆さつま芋の含め煮 ☆フルーツ	茹ラーメン 豚もも肉 玉葱 もやし 人参 菜種油 長葱 醤油ラーメンベース (小麦含む) 豚骨 鶏骨 ほうれん草 ニンニク 生姜 昆布 さつま芋 三温糖 醤油 リンゴ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月20日 (火)	牛乳 キウイ	☆ご飯 ☆人参と玉葱の豆乳のみそ汁 ☆ハンバーグ ☆ほうれん草ののり和え ☆フルーツ	米 押し麦 人参 玉葱 豆乳 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豚ひき肉 玉葱 菜種油 卵 パン粉 塩 ケチャップ 中濃ソース ほうれん草 刻みのり 醤油 オレンジ	牛乳 ごまマフィン	牛乳 小麦粉・バター 全粒粉・卵 すり胡麻 70-70%ミキ
4月21日 (水)	牛乳 リンゴ	☆ご飯 ☆豆腐となめこのみそ汁 ☆豚肉の香味焼き ☆キャベツわかめサラダ ☆フルーツ	米 押し麦 豆腐 なめこ 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豚ロース 長葱 ニンニク 醤油 みりん 酒 胡麻 キャベツ わかめ 人参 醤油 胡麻油 炒り胡麻 バナナ	ヨーグルト ビスケット	牛乳 小麦粉 卵
4月22日 (木)	牛乳 バナナ	☆ロールパン ☆シチュー ☆鶏肉の照り焼き ☆人参甘煮 ☆フルーツ	ロールパン (小麦・卵・乳を含む) 鶏もも肉 じゃが芋 玉葱 人参 菜種油 ホワイトソース 豆乳 牛乳 塩 パセリ 鶏もも肉 酒 みりん 醤油 人参 三温糖 塩 リンゴ	牛乳 ライスピザ	牛乳 米・ピザチーズ 玉葱・人参 ピーマン・鶏ひき肉
4月23日 (金)	牛乳 オレンジ	☆ピピンパ ☆白菜とコーンのスープ ☆切干大根とツナサラダ ☆フルーツ	米 豚ひき肉 焼き豆腐 長葱 生姜 ニンニク 菜種油 もやし ほうれん草 人参 白菜 ホールコーン かつお節 醤油 塩 / 炒り胡麻 醤油 三温糖 塩 胡麻油 切干大根 ツナ 人参 ホールコーン マヨネーズ 味噌 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月24日 (土)	牛乳 オレンジ	☆和風スープバググティー ☆じゃが芋味噌煮 ☆フルーツ	スパググティー ツナ缶 玉葱 人参 干椎茸 醤油 塩 バター 菜種油 刻みのり かつお節 ホタテ キャベツ ニンニク じゃが芋 三温糖 鉄強化味噌 醤油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米
4月26日 (月)	牛乳 オレンジ	☆ボークカレー ☆白菜とわかめのスープ ☆ほうれん草のコーン和え ☆フルーツ	米 押し麦 豚もも肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールー (小麦・乳を含む) 菜種油 白菜 わかめ かつお節 塩 醤油 ほうれん草 ホールコーン 醤油 バナナ くり組 カレーに豆乳が入ってます。	牛乳 クラッカー	牛乳 小麦粉
4月27日 (火)	牛乳 バナナ	☆ご飯 ☆大根と厚揚げのみそ汁 ☆ほっけのフライ ☆三色ナムル ☆フルーツ	米 押し麦 大根 厚揚げ 鉄強化味噌 味噌 煮干し ほっけ 塩 小麦粉 卵 パン粉 菜種油 もやし 胡瓜 人参 醤油 酢 ごま油 三温糖 オレンジ	牛乳 おツケキ	牛乳 小麦粉・卵 おツケソース バター・レーズン ママレード
4月28日 (水)	牛乳 オレンジ	☆ご飯 ☆白菜とえのきの豆乳みそ汁 ☆かみなり豆腐 ☆胡瓜の醤油和え ☆フルーツ	米 押し麦 白菜 えのき 豆乳 鉄強化味噌 味噌 煮干し 豆腐 豚ひき肉 つきこんにゃく 玉葱 人参 たけのこ水煮 干椎茸 生姜 菜種油 胡瓜 醤油 / 三温糖 醤油 片栗粉 ごま油 バナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 小麦粉 卵 乳
4月30日 (金)	牛乳 リンゴ	☆五目うどん ☆フライドポテト ☆フルーツ	茹うどん 鶏もも肉 玉葱 人参 干椎茸 ほうれん草 かつお節 昆布 みりん 油揚げ 醤油 フライドポテト (小麦を含む) 塩 菜種油 バナナ	牛乳 せんべい	牛乳 うるち米