

# 4月行事・献立予定

令和5年度

溝口保育所

| 日  | 曜 | 行事予定            | 献立予定   | おもな食材(おやつ、調味料、米は除く)  | 3歳未満児朝のおやつ       | 3時のおやつ             |
|----|---|-----------------|--|--|------------------|--------------------|
| 1  | 土 |                 |  |  | 牛乳 ソフトあられ        | りんごジュース<br>クッキー    |
| 3  | 月 |                 | ☆ お弁当の日 ☆  |  | 牛乳 ウエハース         | 牛乳 せんべい            |
| 4  | 火 | 新しいお友達を迎える会     | ポークカレー<br>コールスローサラダ<br>福神漬 りんご                         | 豚肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参<br>キャベツ 人参 ブロccoli<br>福神漬 りんご                                 | フルーツジュース         | 牛乳 クラッカー           |
| 5  | 水 | 慣らし保育<br>(~11日) | ハンバーグ<br>りんごのドレッシングサラダ<br>豆腐のすまし汁 オレンジ                 | 牛肉 豚肉 玉ねぎ 豆乳<br>レタス きゅうり 人参 りんご ツナ コーン<br>豆腐 人参 わかめ オレンジ                     | 牛乳 パナナ           | ヨーグルト              |
| 6  | 木 | 身体測定(以)         | お好み焼き<br>さつまいもの甘煮<br>ほうれん草のすまし汁 パナナ                    | キャベツ 豚肉 かつお節 青のり<br>さつまいも<br>玉ねぎ ほうれん草 人参 ねぎ パナナ                             | 牛乳 カルシウム<br>せんべい | 牛乳 ビスケット           |
| 7  | 金 | 身体測定(未)         | 麻婆豆腐<br>野菜のドレッシングサラダ<br>わかめの中華スープ りんご                  | 豆腐 豚肉 ねぎ 人参 生姜 玉ねぎ<br>キャベツ ブロccoli 人参<br>ベーコン 玉ねぎ わかめ りんご                    | 牛乳 ポーロ           | 牛乳<br>マカロニあべかわ     |
| 8  | 土 |                 |  |  | 牛乳 クッキー          | オレンジジュース<br>甘辛せんべい |
| 10 | 月 |                 | 豚肉のハンガリー風煮込み<br>ポイルキャベツ<br>スパゲティソテー<br>玉ねぎのコンソメスープ パナナ | 豚肉 玉ねぎ にんにく バター<br>キャベツ<br>スパゲティ にんにく パセリ<br>玉ねぎ 人参 わかめ パナナ                  | 牛乳<br>ウエハース      | 牛乳<br>抹茶蒸しパン       |
| 11 | 火 | 生活安全の日          | チキンカツ<br>グリーンサラダ<br>コーンシチュー いちご                        | 鶏肉 卵<br>キャベツ 人参 きゅうり<br>じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン 豆乳 コーン<br>いちご                       | 牛乳 パナナ           | 牛乳 ラスク             |
| 12 | 水 | 交通安全の日          | 肉じゃが<br>切干大根の和え物<br>なめこの味噌汁 りんご                        | 豚肉 玉ねぎ 人参 ジャが芋 こんにゃく いんげん<br>切干大根 ほうれん草 えのき 人参 しらす ごま<br>なめこ 豆腐 ねぎ りんご       | 牛乳 ビスケット         | オレンジゼリー<br>ウエハース   |
| 13 | 木 |                 | 鮭の塩焼き<br>人参ナムル<br>じゃが芋のみそ汁 パイン                         | 鮭<br>人参 もやし きゅうり ごま<br>じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ パイン                                    | 牛乳 クラッカー         | 牛乳<br>クリームパン       |
| 14 | 金 | 布団持ち帰り          | 揚げ餃子<br>伴三条<br>わかめの中華スープ オレンジ                          | 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜<br>春雨 きゅうり 人参 ハム もやし<br>玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ                  | 飲むヨーグルト          | 牛乳 かりんとう           |
| 15 | 土 |                 |  |  | 牛乳 せんべい          | りんごジュース<br>クラッカー   |
| 17 | 月 |                 | 焼きそば<br>油揚げのごま和え<br>春キャベツの中華スープ パナナ                    | 中華麺 豚肉 ビーマン 人参 玉葱 もやし 青のり<br>油揚げ 小松菜 ひじき 人参 ごま<br>キャベツ 人参 玉ねぎ パナナ            | 牛乳<br>サンドビスケット   | 牛乳<br>甘辛せんべい       |
| 18 | 火 |                 | マカロニグラタン<br>ほうれん草のおひたし<br>花麩のすまし汁 オレンジ                 | 鶏肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 ブロccoli<br>バター チーズ ミルク<br>ほうれん草 キャベツ 人参 しらす<br>花麩 玉ねぎ ねぎ オレンジ | 牛乳<br>お子様せんべい    | わかめと<br>梅のおにぎり     |
| 19 | 水 | 食育の日            | ★鶏肉のノルウェー風<br>春キャベツのサラダ<br>ベーコンのコンソメスープ いちご            | 鶏肉<br>キャベツ 人参 わかめ コーン<br>じゃが芋 ベーコン 玉ねぎ 人参 いちご                                | 牛乳 ロールパン         | 牛乳<br>★人参ケーキ       |
| 20 | 木 | 誕生会             | ☆ おめでとウランチ ☆   | 鮭 わかめ 鶏肉 マーマレード にんにく<br>スパゲティ ジャが芋<br>ブロccoli レタス 人参 いちご                     | 飲むヨーグルト          | 牛乳 ケーキ             |
| 21 | 金 |                 | 焼き鯖<br>きんぴらごぼう<br>豆腐の味噌汁 パナナ                           | 鯖<br>豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく ごま<br>豆腐 小松菜 人参 パナナ                                     | 牛乳 ソフトあられ        | 牛乳<br>おからせんべい      |
| 22 | 土 |                 |  |  | 牛乳 クラッカー         | オレンジジュース<br>ビスケット  |
| 24 | 月 |                 | ナポリタンスパゲティー<br>レタスサラダ<br>キャベツのスープ オレンジ                 | スパゲティー ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ<br>レタス きゅうり 人参 コーン ハム<br>キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ             | 牛乳 せんべい          | 牛乳<br>ジャムサンド       |
| 25 | 火 |                 | 豚肉のかりん揚げ ゆで野菜<br>春キャベツのナムル<br>もやしの味噌汁 パイン              | 豚肉 生姜 ブロccoli<br>キャベツ きゅうり 人参<br>もやし わかめ 油揚げ パイン                             | 牛乳 パナナ           | プリン                |
| 26 | 水 |                 | 赤魚の甘辛煮<br>マカロニサラダ<br>小松菜のみそ汁 パナナ                       | 赤魚 生姜<br>マカロニ ハム キャベツ きゅうり 人参 チーズ<br>小松菜 玉ねぎ 人参 パナナ                          | 牛乳 ビスケット         | 牛乳<br>ホットケーキ       |
| 27 | 木 |                 | ハヤシライス<br>ブロccoli-サラダ<br>オレンジ                          | 玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ ジャが芋 パセリ<br>ブロccoli 人参 レタス きゅうり<br>オレンジ                        | 牛乳 クラッカー         | 牛乳 サブレ             |
| 28 | 金 | 避難訓練<br>布団持ち帰り  | しらすかき揚げ<br>竹輪の酢の物<br>えのきのすまし汁 パナナ                      | しらす干し 玉ねぎ さつまいも 人参 コーン 青のり<br>竹輪 キャベツ きゅうり もやし 人参 ごま<br>えのき 玉ねぎ 小松菜 パナナ      | 牛乳<br>コーンフレーク    | 牛乳 ビスケット           |

おめでとウランチ...二色おにぎり マーマレードチキン スパゲティソテー フライドポテト ブロccoli-サラダ いちご

食育の日のサンプル展示は3歳児です。3歳児の主食(ご飯)の量は100gです。

今月の果物はりんご、バナナ、オレンジ、いちご パインを予定しています。★印は新メニューです。