

4月行事・献立予定

令和5年度 こしき保育所

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 クッキー
3	月		☆ お弁当の日 ☆		牛乳 クラッカー	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 コールスローサラダ りんご	豚肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー 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(～14日)	ハンバーグ りんごのドレッシングサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	牛肉 豚肉 玉ねぎ 豆乳 レタス きゅうり 人参 りんご ツナ コーン 豆腐 人参 わかめ オレンジ	牛乳 ハナナ	ヨーグルト
6	木		お好み焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草のすまし汁 ハナナ	キャベツ 豚肉 かつお節 青のり さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ 人参 ねぎ ハナナ	牛乳 カルシウム せんべい	牛乳 ビスケット
7	金		麻婆豆腐 野菜のドレッシングサラダ 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 キャベツ ブロッコリー 人参 わかめ ベーコン 玉ねぎ りんご	牛乳 ポーロ	牛乳 かみかみ小魚
8	土				牛乳 クッキー	オレンジジュース 甘辛せんべい
10	月	安全指導週間	豚肉のハンガリー風煮込み ポイルキャベツ スパゲティソテー 玉ねぎのコンソメスープ オレンジ	豚肉 玉ねぎ にんにく キャベツ スパゲティ にんにく パセリ 玉ねぎ 人参 わかめ	牛乳 ウエハース	牛乳 蒸しパン
11	火		焼き鯖 きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁 ハナナ	鯖 豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく ごま 豆腐 小松菜 人参 ハナナ	牛乳 ソフトあられ	牛乳 クリームパン
12	水		肉じゃが 切干大根の和え物 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 切干大根 ほうれん草 えのき 人参 しらす ごま なめこ 豆腐 ねぎ りんご	牛乳 ビスケット	豆乳 甘辛せんべい
13	木	身体測定(以上児)	揚げ餃子 伴三糸 わかめの中華スープ パイン	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 春雨 きゅうり 人参 ハム もやし わかめ 玉ねぎ 人参 パイン	飲むヨーグルト	牛乳 マカロニあべかわ
14	金	身体測定(未満児) 布団持ち帰り	チキンカツ グリーンサラダ ベーコンのコンソメスープ オレンジ	鶏肉 豆乳 キャベツ 人参 きゅうり ベーコン ジャが芋 玉ねぎ 人参 コーン オレンジ	牛乳 ハナナ	牛乳 かみかみラスク
15	土				牛乳 せんべい	りんごジュース クラッカー
17	月		焼きそば 油揚げのごま和え 春キャベツの中華スープ ハナナ	中華麺 豚肉 ビーマン 人参 玉葱 もやし 青のり 油揚げ 小松菜 ひじき 人参 ごま キャベツ 人参 玉ねぎ ハナナ	牛乳 サンドビスケット	わかめと 梅のおにぎり
18	火		白身魚のから揚げ ほうれん草のおひたし 花麩のすまし汁 オレンジ	おひょう ほうれん草 キャベツ 人参 しらす 花麩 玉ねぎ ねぎ オレンジ	牛乳 お子様せんべい	オレンジゼリー ウエハース
19	水	食育の日	★鶏肉のノルウェー風 春キャベツのサラダ ベーコンのコンソメスープ いちご	鶏肉 キャベツ 人参 わかめ コーン ベーコン 玉ねぎ 人参 ジャが芋 いちご	牛乳 ロールパン	牛乳 ★人参ケーキ
20	木	誕生会	☆ おめでとらんち ☆	鮭 わかめ 鶏肉 マーマレード にんにく スパゲティ ジャが芋 ブロッコリー レタス 人参 いちご	飲むヨーグルト	牛乳 ケーキ
21	金		鮭の塩焼き 人参ナムル じゃが芋のみそ汁 オレンジ	鮭 人参 もやし きゅうり ごま じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 かみかみかりんとう
22	土				牛乳 ウエハース	オレンジジュース ビスケット
24	月		ナポリタンスパゲティー レタスサラダ 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 レタス きゅうり 人参 コーン ハム キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ジャムサンド
25	火	避難訓練	豚肉のかりん揚げ ゆで野菜 春キャベツのナムル もやしの味噌汁 パイン	豚肉 生姜 ブロッコリー キャベツ きゅうり 人参 もやし わかめ 油揚げ パイン	牛乳 ハナナ	プリン
26	水		赤魚の甘辛煮 マカロニサラダ 小松菜のみそ汁 ハナナ	赤魚 生姜 マカロニ ハム キャベツ きゅうり 人参 チーズ 小松菜 玉ねぎ 人参 ハナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ホットケーキ
27	木		しらすかき揚げ 竹輪の酢の物 えのきのすまし汁 オレンジ	しらす干し 玉ねぎ さつま芋 人参 コーン 青のり 竹輪 キャベツ きゅうり もやし 人参 ごま えのき 玉ねぎ 小松菜 オレンジ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 サブレ
28	金	布団持ち帰り	ハヤシライス ブロッコリーサラダ バナナ	玉ねぎ 人参 豚肉 しめじ ジャが芋 パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり バナナ	牛乳 クラッカー	牛乳 かみかみビスケット

おめでとらんち...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 ブロッコリーサラダ 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。