

4月行事・献立予定

令和5年度 あさひ保育所

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	
3	月		☆ お弁当の日 ☆		牛乳 ウエハース	牛乳 せんべい
4	火	入所式	ボークカレー コールスローサラダ パイン	豚肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー パイン	フルーツジュース	牛乳 クラッカー
5	水		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 牛乳 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 パナナ	ヨーグルト
6	木	生活安全	お好み焼き さつま芋の甘煮 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 さつま芋 玉ねぎ ほうれん草 人参 ねぎ パナナ	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 ベーコン 玉ねぎ わかめ りんご	牛乳 ボーロ	牛乳 マカロニあべかわ
8	土				牛乳 クッキー	
10	月	交通安全指導	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 パナナ	豚肉 玉ねぎ にんにく バター キャベツ スパゲティ にんにく パセリ 玉ねぎ 人参 わかめ パナナ	牛乳 ウエハース	牛乳 抹茶蒸しパン
11	火	身体測定	焼き鯖 きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁 りんご	鯖 豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく ごま 豆腐 小松菜 人参 りんご	牛乳 ソフトあられ	うどん
12	水		肉じゃが 切干大根の和え物 なめこの味噌汁 パナナ	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 パナナ	牛乳 ビスケット	オレンジゼリー ウエハース
13	木		鮭の塩焼き 人参ナムル じゃが芋のみそ汁 りんご	鮭 人参 もやし きゅうり ごま じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ りんご	牛乳 クラッカー	牛乳 クリームパン
14	金	布団持ち帰り	チキンカツ グリーンサラダ コーンシチュー オレンジ	鶏肉 卵 キャベツ 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク コーン オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 ラスク
15	土				牛乳 せんべい	
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 パナナ	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 パナナ	牛乳 サンドビスケット	牛乳 甘辛せんべい
18	火		マカロニグラタン ほうれん草のおひたし 花麩のすまし汁 オレンジ	鶏肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー バター チーズ ミルク 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	わかめと 梅のおにぎり
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 玉ねぎ ジャが芋 人参 いちご	牛乳 ロールパン	牛乳 ★人参ケーキ
20	木	誕生会	☆ おめでとうランチ ☆	鮭 わかめ 鶏肉 マーメレード 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	避難訓練 引き渡し訓練	揚げ餃子 伴三糸 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 春雨 きゅうり 人参 ハム もやし 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 かりんとう
22	土				牛乳 クラッカー	
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	飲むヨーグルト	牛乳 ジャムサンド
25	火		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 パナナ	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 パナナ	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 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ホットケーキ
27	木		ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ	玉ねぎ 人参 牛肉 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 オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 サブレ
28	金	布団持ち帰り	しらすかき揚げ 竹輪の酢の物 えのきのすまし汁 パナナ	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 パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 ビスケット

おめでとうランチ…二色おにぎり マーメレードチキン 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、パナナ、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。