

# 4 月 献 立 表

出力日:2022/3/28 13:39

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

|             | 令和4年3月28日<br>(月) | 令和4年3月29日<br>(火) | 令和4年3月30日<br>(水) | 令和4年3月31日<br>(木) | 令和4年4月1日<br>(金) | 令和4年4月2日<br>(土)  |
|-------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-----------------|--|
| 朝<br>間<br>食 |                  |                  |                  |                  |                 | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス   |
| 昼<br>食      |                  |                  |                  |                  |                 | 塩昆布おにぎり<br>精白米<br>塩昆布<br>豚汁<br>豚もも<br>たまねぎ<br>にんじん<br>木綿豆腐<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ(生) |
| 昼<br>間<br>食 |                  |                  |                  |                  |                 | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>たべっこベイベー<br>たべっこベイベー   |

## 4 月 献 立 表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

|             | 令和4年4月4日<br>(月)  | 令和4年4月5日<br>(火)  | 令和4年4月6日<br>(水)   | 令和4年4月7日<br>(木)   | 令和4年4月8日<br>(金)  | 令和4年4月9日<br>(土)  |
|-------------|--|--|---|---|--|--|
| 朝<br>間<br>食 | 牛乳<br>普通牛乳<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス   | 牛乳<br>普通牛乳<br>レーズン<br>レーズン   | 牛乳<br>普通牛乳<br>玄米フレーク<br>玄米フレーク  | 牛乳<br>普通牛乳<br>バナナ<br>バナナ  | 牛乳<br>普通牛乳<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー   | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス   |
| 昼<br>食      | ごはん<br>精白米<br>鶏肉のトマト煮<br>若鶏. もも<br>おろしにんにく<br>たまねぎ<br>青ピーマン<br>ぶなしめじ<br>ホールトマト(食塩無添加)<br>トマトケチャップ<br>水<br>顆粒洋風だし<br>上白糖<br>食塩<br>オリーブ油<br>キャベツサラダ<br>キャベツ<br>にんじん<br>かにかまぼこ<br>マヨドレ<br>食塩<br><br>コンソメスープ(だいこん)<br>だいこん<br>たまねぎ<br>にんじん<br>顆粒洋風だし<br>食塩<br>パセリ粉 | ごはん<br>精白米<br>鯖の塩焼き<br>まさば<br>料理酒<br>しょうが(おろし)<br>食塩<br><br>ひじきと大豆の磯煮<br>ほしひじき(ステンレス釜、乾)<br>にんじん<br>水煮大豆<br>油揚げ<br>かつおだし<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>上白糖<br>食塩<br>白菜のすまし汁<br>はくさい<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>うすくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>食塩 | ごはん<br>精白米<br>具だくさん野菜炒め<br>豚もも<br>キャベツ<br>たまねぎ<br>にんじん<br>青ピーマン<br>大豆もやし<br>厚揚げ<br>調合油<br>しょうが(おろし)<br>食塩<br>こいくちしょうゆ<br>ごま(いり)<br>ごま油<br>ほうれんそうのみそ汁<br>ほうれんそう<br>たまねぎ<br>にんじん<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>オレンジ<br>オレンジ | ごはん<br>精白米<br>豆腐入り松風焼き<br>鶏肉. ひき肉<br>ぶた. ひき肉<br>木綿豆腐<br>たまねぎ<br>根深ねぎ<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>上白糖<br>こいくちしょうゆ<br>片栗粉<br>ごま(いり)<br>三色和え物<br>こまつな<br>にんじん<br>大豆もやし<br>あまのり(焼きのり)<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>しめじのすまし汁<br>ぶなしめじ<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>うすくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>食塩 | ごはん<br>精白米<br>白身魚のフライ<br>まがれい<br>食塩<br>片栗粉<br>調合油<br>たまねぎ<br>食塩<br>マヨドレ<br>パセリ(乾)<br>ブロッコリーサラダ(酢)<br>ブロッコリー<br>にんじん<br>穀物酢<br>調合油<br>食塩<br>上白糖<br>かぼちゃのポタージュ<br>日本かぼちゃ<br>たまねぎ<br>顆粒洋風だし<br>調整豆乳<br>食塩 | ふりかけおにぎり(サケ)<br>精白米<br>鮭ふりかけ<br>豚汁<br>豚もも<br>たまねぎ<br>にんじん<br>木綿豆腐<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ |
| 昼<br>間<br>食 | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ゆかりおにぎり<br>精白米<br>ゆかり<br>ごま(いり)  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>ココアシリアルパー<br>マシュマロ<br>玄米フレーク<br>ココア(ピュアココア)<br>調合油   | ほうじ茶<br>ほうじ茶(浸出液)<br>カレーうどん<br>干しうどん<br>豚もも<br>にんじん<br>たまねぎ<br>油揚げ<br>かつお・昆布だし<br>カレールウ<br>こいくちしょうゆ<br>片栗粉  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>フライドポテト<br>じゃがいも<br>食塩<br>あおさ(素干し)<br>調合油   | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ヨーグルト寒天<br>豆乳ヨーグルト<br>水<br>上白糖<br>粉寒天<br>いちごジャム(高糖度)   | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー   |

## 4 月 献 立 表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

|             | 令和4年4月11日<br>(月)  | 令和4年4月12日<br>(火)   | 令和4年4月13日<br>(水)   | 令和4年4月14日<br>(木)  | 令和4年4月15日<br>(金)  | 令和4年4月16日<br>(土)  |
|-------------|---|--|--|---|---|---|
| 朝<br>間<br>食 | 牛乳<br>普通牛乳<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス  | 牛乳<br>普通牛乳<br>レーズン<br>レーズン   | 牛乳<br>普通牛乳<br>玄米フレーク<br>玄米フレーク   | 牛乳<br>普通牛乳<br>バナナ<br>バナナ  | 牛乳<br>普通牛乳<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス  |
| 昼<br>食      | ごはん<br>精白米<br>鶏肉のごま味噌焼き<br>若鶏. もも<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>上白糖<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>ごま(いり)<br>さつまいもサラダ<br>さつまいも(生)<br><small>シーチキン(油漬, フレーク, ライト)</small><br>いんげんまめ<br>マヨドレ<br>食塩<br>けんちん汁<br>木綿豆腐<br>だいこん<br>にんじん<br>ごぼう<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>うすくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>食塩 | ブルコギ丼<br>精白米<br>和牛もも<br>おろしにんにく<br>しょうが(おろし)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>はくさい<br>大豆もやし<br>にら<br>上白糖<br>こいくちしょうゆ<br>ごま(いり)<br>ごま油<br>きゅうりの塩昆布和え<br>きゅうり<br>にんじん<br>塩昆布<br>わかめスープ<br>たまねぎ<br>カットわかめ<br>スイートコーン<br>顆粒中華だし<br>食塩<br>葉ねぎ | ごはん<br>精白米<br>肉かぼちゃ<br>和牛もも<br>日本かぼちゃ<br>にんじん<br>しらたき<br>たまねぎ<br>いんげんまめ<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>料理酒<br>上白糖<br>調合油<br>かつおだし<br>厚揚げのみそ汁<br>厚揚げ<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ | ごはん<br>精白米<br>鮭のコーンマヨ焼き<br>べにざけ<br>食塩<br>クリームコーン缶<br>マヨドレ<br>いんげんのごま和え<br>いんげん<br>にんじん<br>ごま(いり)<br>こいくちしょうゆ<br>上白糖<br>もやしのみそ汁<br>もやし<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ) | 炊き込みご飯<br>精白米<br>鶏肉. ひき肉<br>にんじん<br>油揚げ<br>ほしひじき(ステンレス釜、乾)<br>かつおだし<br>上白糖<br>食塩<br>こいくちしょうゆ<br>料理酒<br>肉うどん(みそ風味)<br>干しうどん<br>豚もも<br>たまねぎ<br>はくさい<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>こいくちしょうゆ<br>ほうれんそうの磯辺和え<br>ほうれんそう<br>にんじん<br>あまのり<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん) | わかめおにぎり<br>精白米<br>混ぜ込みわかめ<br>豚汁<br>豚もも<br>たまねぎ<br>にんじん<br>木綿豆腐<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ |
| 昼<br>間<br>食 | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>にんじんケーキ<br>ホットケーキミックス<br>上白糖<br>調整豆乳<br>調合油<br>にんじん<br>ケーキシロップ  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>ツナマヨトースト<br>フランスパン<br><small>シーチキン(油漬, フレーク, ライト)</small><br>たまねぎ<br>マヨドレ<br>食塩<br>パセリ(乾)  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>焼きおにぎり<br>精白米<br>こいくちしょうゆ<br>かつお節<br>ごま油<br>ごま(いり)   | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>キャラメルポップコーン<br>ポップコーン<br>調合油<br>食塩<br>調合油<br>水<br>上白糖   | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>水ようかん<br>こしあん<br>水<br>上白糖<br>粉寒天  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー  |

## 4 月 献 立 表

フジオひまわり保育園

アレルギー:★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

|             | 令和4年4月18日<br>(月)  | 令和4年4月19日<br>(火)  | 令和4年4月20日<br>(水)  | 令和4年4月21日<br>(木)   | 令和4年4月22日<br>(金)  | 令和4年4月23日<br>(土)  |
|-------------|---|---|---|--|---|---|
| 朝<br>間<br>食 | 牛乳<br>普通牛乳<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス  | 牛乳<br>普通牛乳<br>レーズン<br>レーズン  | 牛乳<br>普通牛乳<br>玄米フレーク<br>玄米フレーク  | 牛乳<br>普通牛乳<br>バナナ<br>バナナ   | 牛乳<br>普通牛乳<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス  |
| 昼<br>食      | ごはん<br>精白米<br>鱈の西京焼き<br>さわら<br>米みそ(甘みそ)<br>みりん(本みりん)<br>上白糖<br>切干大根の土佐酢和え<br>切干しだいこん(乾)<br>にんじん<br>きゅうり<br>かつお節<br>穀物酢<br>上白糖<br>食塩<br>えのきのすまし汁<br>えのきたけ<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>うすくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>食塩 | キーマカレー<br>精白米<br>ぶた. ひき肉<br>たまねぎ<br>にんじん<br>なす<br>グリーンピース<br>調合油<br>食塩<br>顆粒洋風だし<br>トマトケチャップ<br>こいくちしょうゆ<br>おろしにんにく<br>しょうが(おろし)<br>カレールウ<br>コールスローサラダ<br>キャベツ<br>にんじん<br>きゅうり<br>スイートコーン<br>マヨドレ<br>食塩<br>りんご<br>りんご | ごはん<br>精白米<br>鶏のから揚げ<br>若鶏. もも<br>料理酒<br>しょうが(おろし)<br>おろしにんにく<br>こいくちしょうゆ<br>ごま油<br>片栗粉<br>調合油<br>白菜のゆかり和え<br>はくさい<br>にんじん<br>焼き竹輪<br>ゆかり<br>ひじきのみそ汁<br>ほしひじき(ステンレス釜、乾)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ) | 豚丼<br>精白米<br>豚もも<br>にんじん<br>たまねぎ<br>にんじん<br>キャベツ<br>ぶなしめじ<br>いんげん<br>おろししょうが<br>おろしにんにく<br>かつおだし<br>上白糖<br>みりん(本みりん)<br>こいくちしょうゆ<br>ごま(いり)<br>もやしの磯和え<br>こまつな<br>にんじん<br>もやし<br>あまのり(焼きのり)<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>わかめのみそ汁<br>カットわかめ<br>たまねぎ<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ) | ピラフ<br>精白米<br>鶏肉. ひき肉<br>たまねぎ<br>にんじん<br>グリーンピース<br>スイートコーン<br>顆粒洋風だし<br>食塩<br>ポテトサラダ<br>じゃがいも<br>にんじん<br>きゅうり<br>マヨドレ<br>食塩<br>春野菜のポトフ<br>ソーセージ(ウインナー)<br>たまねぎ<br>キャベツ<br>かぶ<br>顆粒洋風だし<br>食塩<br>パセリ(乾) | 鮭フレークおにぎり<br>精白米<br>鮭フレーク<br>ごま(いり)<br>豚汁<br>豚もも<br>たまねぎ<br>にんじん<br>木綿豆腐<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ |
| 昼<br>間<br>食 | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ちくわの磯辺揚げ<br>焼き竹輪<br>薄力粉<br>水<br>食塩<br>あおさのり<br>調合油  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>ぶどうゼリー<br>ぶどうジュース(濃縮還元)<br>水<br>上白糖<br>粉寒天  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>黒ごまパンケーキ<br>ホットケーキミックス<br>上白糖<br>調整豆乳<br>調合油<br>くるごま(いり)<br>豆乳ホイップ  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>カリカリピザ<br>ぎょうざの皮<br>トマトケチャップ<br>ソーセージ(ウインナー)<br>たまねぎ<br>青ピーマン<br>スイートコーン   | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>きな粉揚げパン<br>ロールパン<br>調合油<br>きな粉<br>上白糖<br>食塩   | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー  |

## 4 月 献 立 表

フジオひまわり保育園

アレルギー: ★えび・かに・卵・そば・落花生・キウイフルーツ

|             | 令和4年4月25日<br>(月)   | 令和4年4月26日<br>(火)  | 令和4年4月27日<br>(水)  | 令和4年4月28日<br>(木)   | 令和4年4月29日<br>(金) | 令和4年4月30日<br>(土)  |
|-------------|--|---|---|--|------------------|---|
| 朝<br>間<br>食 | 牛乳<br>普通牛乳<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス   | 牛乳<br>普通牛乳<br>レーズン<br>レーズン  | 牛乳<br>普通牛乳<br>玄米フレーク<br>玄米フレーク  | 牛乳<br>普通牛乳<br>バナナ<br>バナナ   |                  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>ギンビスアスパラガス<br>ギンビスアスパラガス  |
| 昼<br>食      | ごはん<br>精白米<br>中華風ローストチキン<br>若鶏、もも<br>たまねぎ<br>しょうが(おろし)<br>おろしにんにく<br>みりん(本みりん)<br>こいくちしょうゆ<br>ごま油<br>れんこんサラダ<br>れんこん<br>にんじん<br>きゅうり<br>穀物酢<br>こいくちしょうゆ<br>上白糖<br>オリーブ油<br>中華スープ(チンゲンサイ)<br>チンゲンサイ<br>にんじん<br>たまねぎ<br>顆粒中華だし<br>食塩<br>ごま(いり) | ガーリックトースト<br>フランスパン<br>オリーブ油<br>おろしにんにく<br>食塩<br>パセリ(乾)<br>和風ツナスパゲティ<br>マカロニ・スパゲッティ(乾)<br>調合油<br>おろしにんにく<br>シーチキン(油漬、フレーク、ライト)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>ぶなしめじ<br>ほうれんそう<br>食塩<br>料理酒<br>こいくちしょうゆ<br>あまのり(焼きのり)<br>ブロッコリーのおかか和え<br>ブロッコリー<br>にんじん<br>かつお節<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん) | ごはん<br>精白米<br>鯖の竜田揚げ<br>まさば<br>しょうが(おろし)<br>料理酒<br>こいくちしょうゆ<br>片栗粉<br>調合油<br>小松菜の磯辺和え<br>こまつな<br>にんじん<br>えのきたけ<br>あまのり(焼きのり)<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>キャベツのみそ汁<br>キャベツ<br>たまねぎ<br>にんじん<br>葉ねぎ<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ) | ごはん<br>精白米<br>ポークビーンズ<br>豚もも<br>だいず(水煮)<br>たまねぎ<br>にんじん<br>じゃがいも<br>ホールトマト(食塩無添加)<br>トマトケチャップ<br>ウスターソース<br>上白糖<br>グリーンピース<br>ほうれんそうサラダ<br>ほうれんそう<br>かにかまぼこ<br>マヨドレ<br>食塩<br>オニオンスープ<br>たまねぎ<br>スイートコーン<br>顆粒洋風だし<br>食塩<br>パセリ粉(乾) |                  | ゆかりおにぎり<br>精白米<br>ゆかり<br>ごま(いり)<br>豚汁<br>豚もも<br>たまねぎ<br>にんじん<br>木綿豆腐<br>かつおだし<br>米みそ(淡色辛みそ)<br>バナナ<br>バナナ |
| 昼<br>間<br>食 | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>スイートポテト<br>さつまいも<br>上白糖<br>調整豆乳<br>くろごま(いり)<br>調合油   | ほうじ茶<br>ほうじ茶(浸出液)<br>鶏ごぼうおにぎり<br>精白米<br>鶏肉、ひき肉<br>ごぼう<br>にんじん<br>干しひじき<br>こいくちしょうゆ<br>みりん(本みりん)<br>かつおだし<br>食塩  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>スモア<br>マシュマロ<br>クラッカー(オイルスプレー)  | 牛乳(午後)<br>普通牛乳<br>マカロニきな粉<br>マカロニ・スパゲッティ(乾)<br>きな粉<br>上白糖<br>食塩  |                  | ほうじ茶<br>ほうじ茶<br>たべっこベイビー<br>たべっこベイビー  |