



# 4月のこんだてひょう



令和5年

社会福祉法人  
河辺保育園

		乳児おやつ	昼食献立	おやつ
1	土	牛乳	さつまいもごはん(米 さつまいも ごま) とり肉のたまごとじ(とり肉 玉ねぎ たまご みつば なた) みそ汁(白菜 長ねぎ えのき まいたけ 豆腐 油揚げ)	セサミラスク  牛乳 フルーツ
3	月	牛乳	ひじきごはん(米 ひじき 人参 れんこん しいたけ ツナ) 里いものそぼろ煮(里いも ひき肉) みそ汁(もやし たら まいたけ 豆腐 油揚げ)	かぼちゃソフトクッキー やかちゃんのチーズ  牛乳 フルーツ
4	火	牛乳	ごはん 白身魚の酢豚風(白身魚 玉ねぎ たけのこ ピーマン しいたけ) 人参ナムル(人参 もやし えのき ごま にんにく) みそ汁(大根 きゃべつ にんにく 豆腐 油揚げ)	スイートポテトパイ  牛乳 フルーツ
5	水	牛乳	食パン ツナとポテトのチーズ焼き(ツナ 玉ねぎ じゃがいも チーズ) 春雨サラダ(春雨 きゃべつ きゅうり 焼豚 たまご) わかめスープ(わかめ 白菜)	たらこおにぎり  牛乳 フルーツ
6	木	牛乳	ごはん れんこんバーグ(れんこん ひき肉 玉ねぎ) ひじきごはんマリネ(ひじき 人参 きゅうり 大根 春雨) みそ汁(きゃべつ たら まいたけ たまご 豆腐 油揚げ)	スノーボールクッキー やかちゃんのチーズ  牛乳 フルーツ
7	金	牛乳	スパゲティミートソース(スパゲティ 玉ねぎ ひき肉 ホールトマト) コールスローサラダ(きゃべつ きゅうり コーン ハム) えのきと豆腐のスープ(えのき 長ねぎ 大根 豆腐 たまご)	おいなりさん  牛乳 フルーツ
8	土	牛乳	焼肉丼(米 豚肉 玉ねぎ にんにく しょうが) 三色あえ(人参 もやし きゅうり) みそ汁(白菜 長ねぎ えのき まいたけ 豆腐 油揚げ)	ホットケーキ  牛乳 フルーツ
10	月	牛乳	パンプキンカレー(米 人参 玉ねぎ かぼちゃ なす じゃがいも 豚肉) 大根とほたてのサラダ(大根 きゃべつ きゅうり ハム ほたて水煮) やかちゃんのチーズ(チーズ)	メロンパンスコーン  牛乳 フルーツ
11	火	牛乳	ごはん とりの唐揚げ(とり肉 にんにく しょうが 小麦粉 片栗粉) かわりきんぴら(人参 ごぼう れんこん ピーマン 糸こんにゃく ひき肉) みそ汁(もやし 豆苗 まいたけ 豆腐 油揚げ)	オレンジ風味カステラ  牛乳 フルーツ
12	水	牛乳	★(しりとりのお好きな王様より) チーズトースト(食パン チーズ) トマトツナサラダ(トマト ツナ きゃべつ もやし きゅうり) 大根と大豆のスープ(大根 大豆 人参 玉ねぎ じゃがいも)	プリン  牛乳 フルーツ
13	木	牛乳	ごはん さわらのごまフライ(さわら ごま 小麦粉 パン粉) 茹でやさい(きゃべつ もやし) 豚汁(豚肉 人参 長ねぎ ごぼう 大根 じゃがいも 厚揚げ)	ホットサンド  牛乳 フルーツ
14	金	牛乳	煮込みうどん(ゆでめん 人参 長ねぎ 大根 しいたけ 小松菜) ブロッコリーふわふわあげ(ブロッコリー かにかま はんぺん 豆腐) 茹でやさい(きゃべつ もやし)	たけのこおにぎり  牛乳 フルーツ
15	土	牛乳	ハヤシライス(米 豚肉 玉ねぎ) コーンサラダ(コーン ブロッコリー きゃべつ もやし きゅうり ツナ) ちんげん菜のスープ(ちんげん菜 大根 えのき 豆腐 たまご)	きなこラスク  牛乳 フルーツ
17	月	牛乳	三色ごはん(米 ひき肉 玉ねぎ たまご ほうれん草) たけのこことこんにゃくの炒め煮(たけのこ こんにゃく ごま) みそ汁(白菜 長ねぎ えのき まいたけ 豆腐 油揚げ)	カレーポテト  牛乳 フルーツ