



令和4年 4月予定献立表



【♪は手作りおやつです】

日	曜日	献立名	主食	離乳食	備考
1	金	お赤飯 エビフライ(チキンナゲット) さつま芋サラダ 豆腐となめこの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		進級式
	おやつ	ヨーグルト			
2	土	餃子フライ アンサンブルエッグ 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
	おやつ	ヨーグルト			
4	月	オムライス 春キャベツとりんごのサラダ ポテトときのこのミルクスープ 果物(オレンジ)	ごはん		入園式
	おやつ	♪かいじゅうドーナツ 牛乳			
5	火 	丸ごとキャベツメンチカツ マカロニと洋風野菜サラダ 南瓜の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		SDGsメニュー
	おやつ	♪膏のりチップス 牛乳			
6	水	照り焼きチキントースト カリブロサラダ トマトの田舎スープ 果物(りんご)	パン		照り焼きとは、 醤油を基本にした 甘みのあるタレを 食材に塗りながら焼く 調理法です。
	おやつ	♪さつま芋の揚げまんじゅう 牛乳			
7	木 	鯖のごまだれ焼き 高野豆腐煮 春キャベツとコーンの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		鯖の旬は年に2回あり、 ゴマサバは春から初夏が おいしくいただけます。
	おやつ	クッキー 牛乳			
8	金	豚肉とトマトのチーズ焼き スパゲティーサラダ 油揚げと青梗菜の味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん		チーズの種類は世界で 800種を超えているとも 言われています。
	おやつ	ヨーグルト			
9	土	白身魚フライ しゅうまい 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
	おやつ	ビスケット 麦茶			
11	月 	カレーライス 福神漬 コールスローサラダ カクテルゼリーフルーツ	ごはん	煮魚 キャベツ・人参煮 ポトフ みかん	みんなが大好きな カレーライスです♪
	おやつ	せんべい 麦茶		お菓子	
12	火 	チンジャオロース 焼き餃子 中華スープ 果物(パイナップル)(バナナ)	ごはん	鶏肉煮 ほうれん草・もやし・人参煮 豆腐スープ バナナ	チンジャオロースは 中国では、豚肉を使用 するのが一般的です。
	おやつ	♪高野豆腐のコロコロ揚げ 牛乳		お菓子	
13	水 	子ぎつねごはん 鯖のソース煮 大学かぼちゃ なめことわかめの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん	煮魚 南瓜煮 にんじんスープ バナナ	油揚げを使った料理に「きつね」という名前がつきますが、 これには話あり、きつねの好物が油揚げだからと 言われています。
	おやつ	♪牛乳かんのあんみつ		お菓子	
14	木	トマトとほうれん草のキッシュ シーザーサラダ スコッチブロス 果物(りんご)	ごはん	ツナ・ほうれん草・人参・トマト煮 キャベツ・カリフラワー・ブロッコリー煮 人参スープ おろしりんご	キッシュは、フランスのアルザス・ロレーヌ地方で生まれた家庭料理です。
	おやつ	♪じゃが芋蒸しパン 牛乳		マッシュポテト	

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)

日	曜日	献立名	未満児 主食	離乳食	備考
15	金 😊	スパゲティーミートソース 南瓜のビタミンサラダ フルーツポンチ	麺	大豆・玉葱・トマト煮 南瓜・さつまい煮 ブロッコリースープ バナナ	スパゲティー ミートソース は、とても人気 のあるメニュー です。
	おやつ	プリン		ベビーダノン	
16	土	ベストサンドフライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物 (バナナ)	ごはん		
	おやつ	ヨーグルト			
18	月 😊	竹の子ごはん 手作りしゅつまい 五目煮びたし 白菜の味噌汁 果物 (りんご)	ごはん	鶏肉煮 小松菜・もやし・人参煮 玉葱スープ おろしりんご	竹の子には、お よそ70もの種 類があるとされ ていますが、一 般的に食べられ るのは「孟宗竹 (もうそうち く)」です。
	おやつ	♪のりごまクッキー 牛乳		お菓子	
19	火 😊	鱈のねぎごま焼き がめ煮 豆腐ともやしの味噌汁 果物 (バナナ)	ごはん	煮魚 人参・いんげん・ほうれん草煮 豆腐スープ バナナ	今月の郷土料理 「福岡県」
	おやつ	♪わかめごはんおにぎり 牛乳		お菓子	
20	水 😊	ミートボールのクリームシチュー ビーンズサラダ 果物 (りんご)	ごはん	鶏肉煮 キャベツ・人参・いんげん煮 じゃが芋スープ	お越は奈良時代 (710~794 年)頃から日本 でも作られるよ うになりました。
	おやつ	♪麩のラスク 牛乳		お菓子	
21	木	ホークビーンズ バリバリサラダ 果物 (オレンジ)	パン	大豆・じゃが芋・チーズ煮 キャベツ・人参・ブロッコリー煮 オレンジ	世界の料理 「アメリカ」
	おやつ	アメリカンドック 牛乳		お菓子	
22	金	チーズサンドはんぺん 大豆ミート肉味噌納豆 さつまいの味噌汁 果物 (バナナ)	ごはん	煮魚 大豆ミート・納豆・玉葱煮 さつまいスープ バナナ	・SDGs メニュー ・サイエンス Cooking
	おやつ	ゼリー		ベビーダノン	
23	土	ハンバーグ オムレツ 野菜炒め 果物 (バナナ)	ごはん		
	おやつ	ビスケット 麦茶			
25	月	たらのタルタルグラタン 竹の子と根菜の煮物 春キャベツの味噌汁 果物 (りんご)	ごはん	煮魚 人参・いんげん煮 キャベツスープ おろしりんご	竹の子の切り口 に出る白い粉は チロシンで、 「やる気を高め る」成分として 注目されていま す。
	おやつ	♪バナナの春巻き 牛乳		バナナ	
26	火	チキンハンバーグ ワタナベさんのナポリタン 豆腐と麩ともやしの味噌汁 果物 (バナナ)	ごはん	鶏肉煮 スパゲティー・玉葱・ピーマン煮 豆腐・もやし・ほうれん草スープ バナナ	Book de Lunch 「ワタナベさん」
	おやつ	♪ボンおこし 牛乳		お菓子	
27	水 😊	お赤飯 鶏の唐揚げ 彩りサラダ 玉葱の味噌汁 果物 (いちご)	ごはん	鶏肉煮 キャベツ・ブロッコリー・大根・いんげん煮 玉葱・小松菜スープ いちご	お誕生日会 
	おやつ	♪お誕生日ケーキ 牛乳		ベビーダノン	
28	木	鮭のフレーク焼き 切り干し大根とれんこんの甘煮 豚汁 果物 (りんご)	ごはん	煮魚 切り干し大根・人参・いんげん煮 じゃが芋・里芋スープ おろしりんご	かみかみ メニュー
	おやつ	♪お好み焼き 牛乳		お菓子	
30	土	コンビネーションオムレツ コロッケ 野菜炒め 果物 (バナナ)	ごはん		
	おやつ	ヨーグルト			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

😊フレンズメニュー (昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)