



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	卵アレルギー	備考	確認印
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	成分確認(NGの場合、チキンナゲット)	進級式 	
	おやつ	ヨーグルト		プリンタルト(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	卵抜き(チキンライス)	入園式 	
	おやつ	♪かいじゅうドーナツ 牛乳		お菓子		
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		お菓子		
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		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				
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		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				
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		油揚げを使った料理に「きつね」という名前がつきますが、これには諸説あり、きつねの好物が油揚げだからと言われていています。	
	おやつ	♪牛乳かんのあんみつ				
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	ツナとハムと野菜炒め	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				

☆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。

 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	卵アレルギー	備考	確認印
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		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		ゼリー		
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		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				
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		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				
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		お昼は奈良時代（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				
21	木	ホークビーンズ パリパリサラダ 果物（オレンジ）	パン		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 さつま芋の味噌汁 果物（バナナ）	ごはん		・SDGs メニュー ・サイエンス Cooking	
	おやつ	ゼリー				
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	卵抜き	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				
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		Book de Lunch 「ワタナベさん」	
	おやつ	♪ボンおこし 牛乳				
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		お誕生日会 	
	おやつ	♪お誕生日ケーキ 牛乳				
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		かみかみメニュー	
	おやつ	♪お好み焼き 牛乳				
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。

😊 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。）