



# 今月のこんだて表

幼児食 2022年4月号  
し〜な保育園



日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ
1	金	ごはん	鶏のから揚げ	三色ナムル お祝いお花ゼリー	小松菜のみそ汁	りんごのコンポート
2	土	麺	焼きそば	ブロッコリーサラダ フルーツ	中華スープ	おかかおにぎり
3	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸				
4	月	ごはん	豚肉の塩たれ丼	人参金平 フルーツ	たけのこのみそ汁	ピーチゼリー
5	火	ごはん	鮭のコーンマヨ焼き	和風ツナサラダ フルーツ	高野豆腐のみそ汁	フライドポテト
6	水	ごはん	カレーライス	チーズとコーンのサラダ フルーツ	チンゲン菜スープ	しらすトースト
7	木	ごはん	さばのみそ煮	磯和え フルーツ	豆腐のすまし汁	わかめおにぎり
8	金	青菜ごはん	チキンカツ	アスパラサラダ フルーツ	大根のみそ汁	原宿ドッグ
9	土	パン	鶏肉のクリーム煮	野菜サラダ フルーツ	麦茶	あじさいゼリー
10	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸				
11	月	麺	けんちんうどん	白菜のゆかり和え 杏仁豆腐	麦茶	チーズおにぎり
12	火	ごはん	鶏と野菜の中華炒め	切干大根の煮物 フルーツ	じゃが芋のみそ汁	ミルクもち
13	水	ごはん	さんまごま焼き	野菜ソテー フルーツ	厚揚げのみそ汁	きなこサンド
14	木	ごはん	松風焼き	豆腐サラダ フルーツ	コンソメスープ	りんごヨーグルト蒸しパン
15	金	麺	クリームスパゲティ	キャベツとりんごのサラダ フルーツ	麦茶	バウムクーヘン
16	土	ごはん	白身魚フライ	ポテトサラダ いちごゼリー	野菜スープ	ココア蒸しパン
17	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸				
18	月	麺	きつねうどん	白菜のおかか和え フルーツ	麦茶	菜飯おにぎり
19	火	麺	醤油ラーメン	チキンサラダ チーズ、フルーツ	麦茶	鮭ごまおにぎり
20	水	ごはん	鶏肉の味噌焼き	小松菜のごま和え フルーツ	里芋のみそ汁	フルーツヨーグルト
21	木	ごはん	豚肉と春雨の炒め物	納豆和え フルーツ	わかめのみそ汁	カルシウムラスク
22	金	ごはん	さわら西京焼き	ごまマヨ和え フルーツ	豆腐のみそ汁	ヨーグルトケーキ
23	土	パン	ジャムサンド	カルシウムシチュー フルーツ	コンソメスープ	お豆おにぎり
24	日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸				
25	月	麺	五目うどん	ほうれん草のごま和え ヨーグルト和え	麦茶	ゆかりおにぎり
26	火	ごはん	カレーライス	コールスローサラダ バナナヨーグルト	カリフラワーのスープ	菜飯おにぎり
27	水	ごはん	豚丼	ポパイサラダ フルーツ	なめこのみそ汁	たっぷりみかんゼリー
28	木	ごはん	炒り鶏	茹で野菜サラダ チーズ、フルーツ	もやしのみそ汁	いちご蒸しパン
29	金	昭和の日				
30	土	ごはん	白身魚のムニエル	和風サラダ フルーツ	高野豆腐のみそ汁	ミニたい焼き

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳が付きません。