

献立表



オレンジ第2保育園

※食材の都合により、献立を変更することがあります。

2020年04月

●卵 乳アレルギー

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄	赤	緑
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	水	ビーフカレー、大根サラダ、果物(オレンジ)	●アガラサー ●牛乳	米(精白米)、じゃがいも、米(発芽玄米)	牛肉(肩)、ひよこまめ(ゆで)ツナ	たまねぎ、ピーマン、にんじん、だいこん、きゅうり、カットわかめ、しそ、オレンジ
2	木	●ミートスパゲティ、●ブロッコリーサラダ、●卵スープ(わかめ)、果物(グレープフルーツ)	昆布おにぎり いりこ	小麦粉(強力粉)、黒砂糖	●牛乳 ●牛乳	
3	金	青菜ご飯、●魚のチーズピカタ、大根うぶさー、ほうれん草みそ汁、果物(パイナップル)	●ボンデケーキ ●牛乳	スパゲティ、オリーブ油 ●マヨネーズ	合ひき肉(牛・ぶた)、ひよこまめ(ゆで) ●卵	たまねぎ、ホーホト(魚)、にんじん、ピーマン、ニンニク ブロッコリー(冷凍)、にんじん カットわかめ グレープフルーツ
4	土	照り焼き丼、大根のみそ汁、果物(バナナ)	焼きいも	米(精白米)	とり肉(ひき肉) にぼし(だし用いわし煮干し)	こんぶ佃煮、しそ
6	月	ご飯、●鮭のピカタ、筑前煮、じゃがいものみそ汁、果物(バナナ)	キャロットゼリー ●牛乳	米(精白米) 小麦粉、油 砂糖	めかじき、●卵、●粉チーズ 豚肩ロース 米みそ(甘みそ)	からしな だいこん、にんじん、むき枝豆、にら えのきたけ、ほうれん草 パイナップル
7	火	青菜ご飯、肉じゃが、大根サラダ、なめこ汁、果物(オレンジ)	●ブロッコリー 蒸しパン ●牛乳	じゃがいも、片栗粉、もち粉、砂糖	●チーズ ●牛乳	
8	水	きびご飯、●クリームシチュー、昆布のツナサラダ、果物(りんご)	●フレンチトースト ●牛乳	米(精白米)、砂糖、ごま油	とりもも肉 米みそ(甘みそ)	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、きざみり だいこん、万能ねぎ、カットわかめ バナナ
9	木	●もずく丼、キャベツとわかめのごま酢あえ、とろろ昆布のすまし汁、果物(パイナップル)	●ほうれん草 ホットケーキ ●牛乳	さつまいも		
10	金	わかめご飯、●白身魚のムニエル、●春雨サラダ、●トマトの野菜スープ、果物(オレンジ)	●バナナスコーン ●牛乳	米(精白米) 小麦粉、油 砂糖	さけ(鮭)、●卵 とりもも肉 米みそ(甘みそ)	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、いんげん 長ねぎ、カットわかめ バナナ
11	土	マーボー丼、野菜たっぷりみそ汁、りんご	わかめおにぎり	砂糖	●牛乳	
13	月	納豆ご飯、レバニラ炒め、●小松菜と豆腐のサラダ、大根のみそ汁、果物(オレンジ)	くず餅 ●牛乳	米(精白米)、砂糖、ごま油	●牛乳、●卵、●脱脂粉乳(スキムミルク) ●牛乳	からしな たまねぎ、にんじん、いんげん だいこん、きゅうり、にんじん はくさい、なめこ、万能ねぎ オレンジ
14	火	とうもろこしご飯、あじの豆腐ハンバーグ、ひじき炒め、白菜のみそ汁、果物(グレープフルーツ)	豆腐ドーナツ ●牛乳	ホットケーキ粉、砂糖、油	●牛乳、●チーズ、●卵、●ワインナー ●牛乳	たまねぎ、ブロッコリー(冷凍)、にんじん トマト、きゅうり、刻みこんぶ、黄ピーマン りんご
15	水	●沖縄そば、豆腐ちゃんぶるー、果物(バナナ)	きのこおこわ	米(精白米)	●牛乳	
16	木	青菜ご飯、きんぴらごぼう、●タケノコのかき揚げ、じゃがいものみそ汁、果物(パイナップル)	●タンナファクルー ●牛乳	米(精白米)、ごま油、砂糖、片栗粉 じゃがいも	●牛乳、●卵、●脱脂粉乳(スキムミルク) ツナ(油漬缶)	たまねぎ、ブロッコリー(冷凍)、にんじん だいこん、たまねぎ、にんじん、万能ねぎ りんご
17	金	枝豆ご飯、●鮭フライ・タルタルソースがけ、キャベツの甘酢あえ、根菜みそ汁、果物(りんご)	ぜんざい せんべい	米(精白米) 小麦粉、油 砂糖	ホキ ◎赤ハム、ごま	きゅうり トマト、えのきたけ、こまつな オレンジ バナナ

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名		
				黄	赤	緑
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
18	土	親子遠足				
20	月	玄米ご飯、ピーマンの細切り炒め、きゅうりとわかめの中華あえ、エノキのみそ汁、果物(グレープフルーツ)	●もずくの天ぷら、 ●牛乳	米(精白米)、米(玄米) ごま油、砂糖、片栗粉 ごま油、砂糖	豚肩ロース ツナ とうふ(絹ごし豆腐)、米みそ(甘みそ)	ピーマン、にんじん、たけのこ(ゆで) きゅうり、カットわかめ えのきたけ、万能ねぎ グレープフルーツ もずく(塩めぎ)、たまねぎ、にら
21	火	枝豆ごはん、西京焼き、●麩ちゃんぶるー、豆腐のみそ汁、果物(りんご)	もちもちどら焼き、 ●牛乳	小麦粉、揚げ油	●卵 ●牛乳	
22	水	たけのこ御飯、チキンの照り焼き、白菜ののりあえ、なめこ汁、果物(りんご)	●紅芋 スイートポテト、 ●牛乳	米(精白米) 砂糖 砂糖、ごま油	かれない、米みそ(甘みそ) ●卵、豚肩ロース とうふ(絹ごし豆腐)、米みそ(甘みそ)	むき枝豆 キャベツ、もやし、にんじん、にら しめじ、万能ねぎ りんご
23	木	きびご飯、ぶりの照り焼き、千切り大根イリチー、みそ汁(小松菜豆腐)、果物(バナナ)	●お好み焼き、 ●牛乳	ホットケーキ粉、もち粉、油	つぶしあん(砂糖添加) ●牛乳	
24	金	焼きそば、野菜サラダ、とうふとアーサのすまし汁、果物(パイナップル)	鮭おにぎり	米(精白米) 砂糖 砂糖、ごま油	とりもも肉 とうふ(絹ごし豆腐)、米みそ(甘みそ)	にんじん、たけのこ(ゆで)、万能ねぎ はくさい、コーン(缶)、焼のり なめこ、長ねぎ りんご
25	土	牛肉みそ丼、わかめのみそ汁、果物(オレンジ)	カレー ポップコーン	米(精白米)、きび(精白粒) 砂糖	●お好み焼き粉 ◎赤ハム ●牛乳	
27	月	青菜ご飯、サバのみそ煮、厚揚げのそぼろ煮、さつまい、果物(グレープフルーツ)	焼きいも、 ●牛乳	焼そばめん、油 砂糖、ごま油	豚肩ロース とうふ(木綿豆腐)	たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、あおのり トマト、きゅうり、コーン(缶) 万能ねぎ、あおさ・アーサ パイナップル
28	火	●タコライス、●コーンスープ、チキンナゲット、果物(パイナップル)	●お誕生日 ケーキ、 オレンジジュース	米(精白米)	さけ(鮭)	焼のり
30	木	麦ご飯、●チキンの野菜ジュース煮、さっぱりポテサラ、アーサの味噌汁、果物(パイナップル)	●じゃこトースト、 ●牛乳	米(精白米)、油、砂糖	牛肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ) 米みそ(甘みそ)	チンゲンサイ、たまねぎ、赤ピーマン だいこん、万能ねぎ、カットわかめ オレンジ

ご入園・ご進級
おめでとうございます!!

オレンジ第2保育園の給食では成長期に必要な栄養素のバランスだけでなく、旬の食材や郷土料理などを取り入れ、和食を中心に提供いたします。「食の楽しさ・食材の美味しさ」を感じられるようなメニュー作りになっています。また、アレルギーの問題等もありますので、ご家庭での様子もお伺いしながら進めていきたいと思っております。新しい環境で精神的にも不安定になる時期で体調を崩すことも多いかと思いますが、栄養・睡眠をたっぷりとって規則正しい生活がおくれるよう心がけましょう。