



# 2022年 4月 予定献立表



## この花ナーサリ学童クラブ

日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				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	金	あわごはん 赤魚の煮つけ 昆布イリチー 紅白なます ゆし豆腐汁（アーサ） くだもの	カップケーキ	米、きび、砂糖、油	牛乳、豆腐、あかうお、豚肉、みそ	だいこん、にんじん、こんぶ、レモン、あおさ、しょうが、オレンジ
2	土	中華丼 大根のツナサラダ みそ汁（じゃが芋・こまつな） パイン缶	まめびよ 蒸しカステラ（黒糖）	米、強力粉（小麦）、黒糖、じゃがいも、三温糖、ごま油、ドレッシング、片栗粉	豚肉、牛乳、みそ、ツナ缶	はくさい、パイナップル、だいこん、きゅうり、だいのこ、にんじん、こまつな、さくらげ、しいたけ
3	日	お休み				
4	月	あわごはん マーボー豆腐 ササミのごまサラダ みそ汁（とうがん・わかめ） くだもの	焼きいも	さつまいも、米、ごまドレッシング（ごま・卵）、きび、油、片栗粉、砂糖	豆腐、ささ身、みそ、牛豚合ひき肉	キャベツ、とうがん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、わかめ、オレンジ
5	火	ごはん ひじきの佃煮 鶏肉と大根の煮物 コロッケ みそ汁（はくさい・えのき） くだもの	マーブルケーキ	米、ホットケーキミックス（小麦・乳）、バター（乳）、三温糖、油、コロッケ（小麦）	牛乳、鶏肉、卵、みそ、脱脂粉乳	だいこん、はくさい、いんげん、にんじん、えのきたけ、しいたけ、ひじき、いりごま、りんご
6	水	麦ごはん 酢豚 蒸ししゅうまい みそ汁（豆腐・わかめ） くだもの	サーターアランダギー（かぼちゃ）	米、小麦粉、三温糖、油、押麦、片栗粉、ホットケーキミックス（小麦・乳）、油	豚肉、豆腐、卵、みそ、しゅうまい（小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま）	たまねぎ、ピーマン、にんじん、だいのこ、パイナップル、ねぎ、かぼちゃ、しいたけ、にんにく、バナナ、わかめ
7	木	チャーハン チキンのから揚げ アスパラときのこのソテー みそ汁（キャベツ・油揚げ） くだもの	ゼリー せんべい	米、小麦粉、油、せんべい	豚肉、みそ、ベーコン（豚・乳・卵・大豆）、卵、油揚げ（大豆）、鶏肉	アスパラガス、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ミックスベジタブル、しめじ、エリンギ、にんにく、オレンジ
8	金	パン クリームシチュー ミートボール ブロッコリーサラダ フルーツカクテル	ひじきごはん チーズ	米	チーズ（乳）	ひじき、いりごま
9	土	ごはん 鮭のポテト焼き 厚揚げと菜の花の炒め物 みそ汁（大根・わかめ） デザート	バナナ ビスケット	米、じゃがいも、マヨネーズ（卵）、ビスケット（小麦・乳）、バター、油	揚げ豆腐、豚肉、みそ、牛乳、鮭	なのはな、にんじん、だいこん、バナナ、わかめ、あおりのり
10	日	お休み				
11	月	/		シュガーラスク	砂糖、バター（乳）、食パン（小麦）	
12	火	/		いなり寿司 小魚（ごま）	米	油揚げ、小魚（魚・ごま）
13	水	/		ヨーグルト クラッカー		ヨーグルト（乳）
14	木	/		ココア蒸しパン	ホットケーキミックス（小麦・乳）、油、三温糖	卵、牛乳
15	金	/		ウインナードッグ	ホットケーキミックス（小麦・乳）、油	ウインナー（乳・鶏・豚）
16	土	ごはん ふりかけ 鶏肉とじゃがいもの煮物 菜の花のサラダ みそ汁（だいこん・わかめ） デザート	げんまい棒 ブルーん	米、じゃがいも、ふりかけ（魚・ごま）、ごまドレッシング（ごま・卵）、油	鶏肉、みそ、ツナ缶	なのはな、ブルーん、たまねぎ、にんじん、だいこん、いんげん、わかめ



# 2022年 4月 予定献立表

## この花ナーサリ学童クラブ



日	曜	昼食献立名	おやつ	材料（昼食とおやつ）		
				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
17	日	お休み				
18	月		野菜ジュース 豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス（小麦・乳）、三温糖、油	豆腐	
19	火		クファージュシー	米	豚肉	にんじん、にら、ひじき
20	水		もちケーキ	もち粉、砂糖、バター（乳）	牛乳、卵	
21	木		プリン せんべい	せんべい、プリン（乳・卵）		
22	金		牛乳 コーンフレーク ブルーネ	コーンフレーク（乳・大豆）	牛乳	ブルーネ
23	土	牛丼 はるさめサラダ みそ汁（大根・アーサ） フルーツ缶	ヒラヤーチー（もずく） デザート	米、小麦粉、はるさめ、油、片栗粉、ごま油	牛肉、みそ、ツナ缶、卵	みかん、たまねぎ、にんじん、だいこん、もずく、ピーマン、しらたき、きゅうり、にら、あおさ、しょうが
24	日	お休み				
25	月		黒糖ちんびん	小麦粉、黒糖、三温糖	牛乳、卵	ほうれんそう、にんじん、だけのこと、ねぎ、いりごま、しいたけ、りんご
26	火		スティック菓子	米、小麦粉、さといも、三温糖、ホットケーキミックス（小麦・乳）、きび、油、押麦	牛乳、鶏肉、豚肉、みそ、卵	キャベツ、もやし、だいこん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、ひじき、ねぎ、にら、にんにく、オレンジ
27	水		フライドポテト チーズ	フライドポテト、油	チーズ（乳）	
28	木		まめびよ ドーナツ	ドーナツ（卵・乳・小麦）		
29	金	昭和の日（休園）				
30	土	麦ごはん 筑前煮 レバーの南蛮漬け みそ汁（もずく・えのき）	デザート 野菜ジュース チーズケーキ	米、砂糖、油、片栗粉、押麦、小麦粉	豚レバー、クリームチーズ、鶏肉、生クリーム、卵、みそ	野菜ジュース（もも・りんご）、だいこん、にんじん、こんにゃく、れんこん、もずく、だけのこと、いんげん、ねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。