



# 4月 ぽっぽ保育園給食献立表



|    |   | お昼ごはん   | 夕ごはん   |
|----|---|---|--|
| 1  | 火 | すき焼き丼、玉子豆腐<br>きゅうりとわかめの酢の物、けんちん汁                    | フライドチキン、スパニッシュオムレツ、<br>グリーンサラダ、コーンポタージュ、ご飯             |
| 2  | 水 | デミグラスハンバーグ、ハッシュドポテト<br>ミモザサラダ、コンソメスープ、ご飯            | カルボナーラ、チキンナゲット<br>トマトのイタリアンサラダ、野菜スープ、ロールパン             |
| 3  | 木 | エビといんげんのかき揚げ、玉子焼き、きんぴられんこん<br>たけのこご飯、味噌汁            | 牛肉としめじのオイスター炒め、五目焼きビーフン、<br>水菜のシャキシャキサラダ、味噌汁、ご飯        |
| 4  | 金 | 豚肉の竜田揚げ、高野豆腐と絹さやの玉子とじ<br>さつま芋の甘煮、味噌汁、ご飯             | ささ身フライ、ほうれん草とエリンギの和え物<br>ミニグラタン、味噌汁、ご飯                 |
| 5  | 土 | オムライス、フランクフルト、バナナ<br>レタスと人参のイタリアンサラダ、きのこのスープ        | 鶏むね肉のソテー、ミートソースパスタ、<br>ベーコンレタスサラダ、オニオンスープ、ご飯           |
| 6  | 日 | チキンカリカリ焼き、皮付きポテトとコーンのバターソテー<br>ブロッコリーのホットサラダ、味噌汁、ご飯 | ロースとんかつ、かぼちゃのこぼ煮、<br>コールスローサラダ、味噌汁、ご飯                  |
| 7  | 月 | きつねうどん、ちくわの磯辺揚げ<br>白菜の塩こぼ和え、のり玉おにぎり、                | ししゃものフライ、白菜とツナの卵とじ<br>大豆と平天の煮物、味噌汁、ご飯                  |
| 8  | 火 | 豚ステーキ、じゃがいもとベーコンのキッシュ<br>レタスときゅうりのサラダ、味噌汁、ご飯        | 焼肉、もやしのナムル<br>冷奴、ワカメスープ、ご飯                             |
| 9  | 水 | 鮭の塩焼き、揚げナスの煮びたし<br>五目炒り卵、味噌汁、ご飯                     | 照り焼きチキン、小松菜のおかか和え<br>山芋の煮物、味噌汁、ご飯                      |
| 10 | 木 | ハヤシライス、マカロニサラダ<br>チーズオムレツ、福神漬け、野菜スープ                | 八宝菜、焼き餃子、金時豆の甘煮<br>中華スープ、ご飯                            |
| 11 | 金 | 豚ともやしのごまだれ和え、マーボー豆腐<br>かぼちゃの甘煮、味噌汁、ご飯               | 白身魚のフライ、切干し大根煮、<br>厚揚げの照り焼き、ご飯、味噌汁                     |
| 12 | 土 | 五目ぶっかけそうめん、味付け豚の天ぷら<br>かやくご飯、オレンジ                   | チャーハン、中華春巻き、<br>バンバンジー、玉子スープ                           |
| 13 | 日 | 肉団子、じゃがいものバター醤油炒め<br>水菜とちりめんじゃこのサラダ、味噌汁、ご飯          | 親子丼、きゅうりの梅肉和え<br>れんこんとこんにやくの甘辛炒め、味噌汁                   |
| 14 | 月 | 海老フライタルタルソース、イタリアンスパゲッティ<br>コーングリーンサラダ、味噌汁、ご飯       | チンジャオロース、ごぼうサラダ<br>なめたけの卵とじ、味噌汁、ご飯                     |
| 15 | 火 | 油淋鶏、中華春雨サラダ<br>納豆オムレツ、味噌汁、ご飯                        | ビーフストロガノフ、マッシュポテト<br>ブロッコリーとレタスのサラダ、コンソメスープ            |
| 16 | 水 | 豚しょうが焼き、小松菜のお浸し<br>炒り豆腐、味噌汁、ご飯                      | 鶏のから揚げ、チンゲン菜と玉子の中華炒め<br>たけのこの土佐煮、味噌汁、ご飯                |
| 17 | 木 | ドライカレー、ハムソテー、コーンサラダ<br>野菜のスープ、                      | サバの塩焼き、こんにやくと根菜のうま煮、<br>きゅうりとわかめの酢の物、味噌汁、ご飯            |
| 18 | 金 | メンチカツ、ほうれん草と卵のふんわり炒め、<br>さつま揚げとひじきの煮物、味噌汁、ご飯        | 豚とニラのタレ炒め、揚げ出し豆腐、<br>もやしときゅうりのナムル、味噌汁、ご飯               |
| 19 | 土 | 焼きししゃも、筑前煮、ニラ玉炒め<br>味噌汁、ご飯                          | クリームコロッケ、キャベツとウインナーのウスターソース炒め<br>じゃがバター、味噌汁、ご飯         |
| 20 | 日 | ミートスパゲッティ、スティックパン<br>ウインナーとたっぷり野菜のポトフ、パイナップル        | 親子とじうどん、カニカマの天ぷら<br>いんげんの胡麻和え、鮭わかめご飯                   |
| 21 | 月 | 鶏の竜田揚げ、厚揚げとおろし大根の甘辛いため<br>白菜のおかか和え、味噌汁、ご飯           | 牛肉とじゃがいものガーリック炒め、ハムエッグ、<br>イタリアンサラダ、味噌汁、ご飯             |
| 22 | 火 | コーンクリームシチュー、ミートボール、<br>ブロッコリーサラダ、海老ピラフ              | アジフライ、ほうれん草と人参のお浸し<br>中華炒り玉子、味噌汁、ご飯                    |
| 23 | 水 | 五目焼きそば、揚げギョウザ、<br>具だくさん豚汁、おかかご飯                     | エビチリソース、小松菜と豚肉のごま油炒め、<br>さつま芋サラダ、味噌汁、ご飯                |
| 24 | 木 | 酢豚、ふかしさつま芋、<br>ツナパスタサラダ、味噌汁、ご飯                      | 鶏のつくね団子、ピーマンと玉ねぎのウスター炒め、<br>だし巻き卵、味噌汁、ご飯               |
| 25 | 金 | コロッケ、鶏と大豆のトマト煮、<br>サニーレタスのサラダ、味噌汁、ご飯                | デミカツ丼、じゃがいものタルタル和え<br>アスパラとキャベツのサラダ、味噌汁                |
| 26 | 土 | 回鍋肉、かぼちゃの天ぷら、<br>しめじの卵とじ、味噌汁、ご飯                     | 天津飯、蒸し鶏ときゅうりのゴまだれ<br>里芋の甘煮、味噌汁                         |
| 27 | 日 | ホットドック、フライドポテト、シーザーサラダ<br>フルーツヨーグルト                 | ささ身のカレー風味ソテー、パンネのミートソース<br>ブロッコリーと卵のマヨネーズ炒め、オニオンスープ、ご飯 |
| 28 | 月 | 蒸しシュウマイ、ピーマンのチャブチェ、かに玉<br>味噌汁、ご飯                    | ハンバーグ和風おろしソース、根菜の煮物<br>ネギ入り玉子焼き、味噌汁、ご飯                 |
| 29 | 火 | チキンカレー、ソーセージのフリッター、コーンサラダ<br>福神漬け、コンソメスープ           | 豚丼、きゅうりともやし胡麻和え<br>茶わん蒸し、味噌汁                           |
| 30 | 水 | 照り焼きチキン、じゃがいものたらこマヨ和え<br>あげと小松菜の煮物、味噌汁、鮭ませこみご飯      | 塩焼きうどん、チーズ入りちくわの天ぷら<br>海藻サラダ、味噌汁、ご飯                    |