


令和4年

4月のメニュー 

《アレルギー園児用》

日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品	日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品
1 金	あわごはん 白身魚の竜田揚げ 筑前煮 パン缶 豆腐のみそ汁		りんごマフィン	16 土	五目焼きそば ★竹輪の磯辺揚げ 胡瓜のツナサラダ ほうれん草と麩のみそ汁	(卵) 竹輪の磯辺揚げ ⇒ 卵抜き衣使用	ミニクリームパン
			卵・乳抜き りんごマフィン				ジャムパン
2 土	★中華丼 ミニ春巻き キャベツの中華スープ	(卵) 中華丼 ⇒ うずら卵抜き	ミニチョコチップ メロンパン	18 月	ごはん ★メンチカツ チキナー炒め ★ポテトサラダ キャベツと油揚げのみそ汁	(乳) メンチカツ ⇒ ごまみそチキンカツ (卵・乳) ポテトサラダ ⇒ 白ハム・卵抜き 卵不使用マヨネーズ	パインケーキ
			ジャムパン				卵・乳抜き パインケーキ
4 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの炒め煮 ★スパゲッティサラダ 白菜のみそ汁	(卵・乳) スパゲッティサラダ ⇒ 白ハム・卵抜き 卵不使用マヨネーズ	揚げたこ焼き (3個)	19 火	★かみかみごぼうサラダ 水ギョーザスープ(2個)	(卵) かみかみごぼうサラ ⇒ 卵不使用マヨネーズ	マーマレード スコーン
			卵抜きヒラヤーチー				乳抜きマーマ レードスコーン
5 火	ごはん チキンの唐揚げ(2個) かぼちゃのそぼろ煮 白菜と胡瓜のおかか和え じゃが芋のみそ汁		くずもち	20 水	ごはん 魚の南蛮漬け ★カレー風味ポテトソテー ★フルーツ杏仁 具だくさんのみそ汁	(卵・乳) カレーポテトソテ ⇒ ベーコン抜き (乳) フルーツ杏仁 ⇒ 杏仁豆腐抜き	りんご紅茶 ケーキ
							卵・乳抜き りんご紅茶ケ ーキ
6 水	★沖縄そば ★胡瓜とカニカマサラダ ★ミニカスターワッフル	(卵) 沖縄そば⇒竹小 (卵・乳) 胡瓜のカニカマサ ラ⇒カニカマ抜き、ツナ追加 (卵・乳) ミニカスターワッフル ⇒アレルギー用ホットケーキ	いなり寿司	21 木	ミートスパゲッティ 菜の花と白菜の和え物 ほうれん草のコンソメスープ		ミニチーズドッ ク(2本)
							卵・乳抜き ミニドック
7 木	麦ごはん 魚のみそ煮 冬瓜ソテー 白和え アオサ汁		チョコチップ スコーン	22 金	ゆかりごはん チキンの照り焼き(2個) ★ゴーヤーチャンプルー ゼリー 麩とわかめのみそ汁	(卵・乳) ゴーヤーチャンプルー ⇒ ウィナー・卵抜き	ちんすこう
			乳抜きチョコチッ プスコーン				
8 金	タコライス 豚串カツ ほうれん草の中華スープ		バナナケーキ	23 土	★スタミナ丼 ★コールスローサラダ ★ミネストローネ	(卵) スタミナ丼 ⇒ 錦糸卵 (卵・乳) コールスローサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネ (卵・乳) ミネストローネ ⇒ ベーコン抜き	ミニ紅芋パン
			卵・乳抜き バナナケーキ				ジャムパン
9 土	ごはん ★ホキの天ぷら 青菜と厚揚げのソテー えのきのみそ汁	(卵) ホキの天ぷら ⇒ 卵抜き衣使用	ミニチョコパン	25 月	あわごはん 揚げ魚の甘辛煮 ★冬瓜のそぼろあんかけ ★かぼちゃサラダ ほうれん草と芋のみそ汁	(卵・乳) 冬瓜のそぼろあんかけ ⇒ カニカマ抜き (卵・乳) かぼちゃサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネ	ココア蒸しパン
			ジャムパン				卵・乳抜き蒸し ココアパン
11 月	ごはん ★和風ハンバーグ ★フーチャンプルー ★マカロニサラダ 小松菜と椎茸のみそ汁	(乳) 和風ハンバーグ ⇒アレルギー用ハンバーグ (卵) フーチャンプルー ⇒卵抜 (卵・乳) マカロニサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネ	マドレーヌ	26 火	★ハヤシライス ポテトの磯辺揚げ キャベツのおかか和え	(乳) ハヤシライス ⇒ デミグラスソース使用	ウィナー ロール
			卵・乳抜き マドレーヌ				卵・乳抜きウイ ナーロール
12 火	ごはん ★白身魚の磯辺揚げ ★人参シリシリー みかん缶 冬瓜と油揚げのみそ汁	(卵) 白身魚の磯辺揚 ⇒ 卵抜き衣使用 (卵・乳) 人参シリシリー ⇒ ベーコン・卵抜き	キャラメル クッキー	27 水	ごはん チキンのカレー風味焼き(2個) 切り干し大根煮 フルールカクテル 小松菜と麩のみそ汁		ピザトースト
			乳抜きキャラメル クッキー				乳抜きピザトースト
13 水	麦ごはん 春雨のチャプチェ風炒め 大学芋(2個) ほうれん草のおかか和え 大根のすまし汁		バームクーヘン	28 木	ごはん チキントマトソース煮 大根のくず煮 菜の花の和え物 アオサと豆腐のすまし汁		ミニたいやき
			卵・乳抜き ホットケーキ				
14 木	カレーライス ★ササミチーズフライ 大根と胡瓜のゴマサラダ	(卵・乳) ササミチーズフライ ⇒ アレルギー用ササミフライ	シークワーサー ゼリー	29 金	昭和の日 		
15 金	ごはん チキンのごまみそ焼き(2個) クービーリチー ★たまご入りそうめん汁	(卵) たまご入りそうめん ⇒ 錦糸卵抜き	スイートポテト	30 土	煮込みラーメン 紅芋団子 ★切り干し大根の中華和え	(乳) 切り干し大根の中華和 ⇒ 白ハム抜き	ミニ カスタードパン
			卵・乳抜き スイートポテト				ジャムパン
※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります ★アレルギー食品(卵・乳製品使用)							



令和4年 4月のメニュー



赤

血や肉・骨と



黄

熱や



緑

なる 体の調子を

日曜	献立名		材料名(昼)			日曜	献立名		材料名(昼)		
	昼食	おやつ	赤	黄	緑		昼食	おやつ	赤	黄	緑
1	あわごはん 白身魚の竜田揚げ 筑前煮 パイン缶 豆腐のみそ汁	りんごマフィン	ホキ 鶏モモ肉 豆腐	あわごはん 板こんにやく かたくり粉 大豆油	にんじん たまねぎ 干しいたけ いんげん パイン缶 ねぎ	16	五目焼きそば ★竹輪の磯辺揚げ 胡瓜のツナサラダ ほうれん草と麩のみそ汁	ミニクリームパン	豚コマ肉 竹小町 ★たまご ツナ うずまき わかめ	沖繩そば 小麦粉 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン もやし きゅうり ほうれん草
2	★中華丼 ミニ春巻き キャベツの中華スープ	ミニチョコチップ メロンパン	★うすら削 豚コマ肉 ミニ春巻き	ごはん かたくり粉 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ たけのこ いんげん 干しいたけ キャベツ とうもろこし	18	ごはん ★メンチカツ チキナー炒め ★ポテトサラダ キャベツと油揚げのみそ汁	パインケーキ	★メンチカツ ★白ハム ★たまご 油あげ 沖繩とうふ ツナ	ごはん グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ からしな じゃがいも きゅうり キャベツ
4	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの炒め煮 ★スパゲッティサラダ 白菜のみそ汁	揚げたこ焼き (3個)	豚コマ肉 ひじき 油あげ さつま揚げ ★白ハム ★たまご	ごはん ★マヨネーズ コンニャク スパゲッティ グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ いんげん 干しいたけ きゅうり とうもろこし はくさい	19	マーボー丼 ★かみかみごぼうサラダ 水ギョーザスープ(2個)	マーマレード スコーン	豚ミンチ ツナ 水ギョーザ	ごはん ★マヨネーズ かたくり粉 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ にら 干しいたけ きゅうり
5	ごはん チキンの唐揚げ(2個) かぼちゃのそぼろ煮 白菜と胡瓜のおかか和え じゃが芋のみそ汁	くずもち	鶏モモ肉 豚ミンチ わかめ	ごはん じゃがいも 糸こんにやく 小麦粉 大豆油	かぼちゃ グリーンピース はくさい きゅうり	20	ごはん 魚の南蛮漬け ★カレー風味ポテトソテー ★フルーツ杏仁 具だくさんのみそ汁	りんご紅茶 ケーキ	ホキ ★ペーコン 豚コマ肉	ごはん ★杏仁豆腐 ピーマン 小麦粉 グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン いんげん だいこん こまつな じゃがいも パイン缶 みかん缶
6	★沖繩そば ★胡瓜とカニカマサラダ ★ミニカスターワッフル	いなり寿司	三枚肉 わかめ ★カニカマ	沖繩そば ★大丸かまぼこ ★ミニカスター ワッフル	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい 長ねぎ きゅうり	21	ミートスパゲッティ 菜の花と白菜の和え物 ほうれん草のコンソメスープ	ミニチーズ ドック(2本)	豚ミンチ 竹小町	スパゲッティ グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン トマト缶 なのはな ほうれん草 とうもろこし
7	麦ごはん 魚のみそ煮 冬瓜ンブシー 白和え アオサ汁	チョコチップ スコーン	サハ ツナ 沖繩とうふ さつま揚げ アオサ	麦ごはん グラニュー糖	にんじん とうが にら ほうれん草 干しいたけ	22	ゆかりごはん チキンの照り焼き(2個) ★ゴーヤーチャンプル ゼリー 麩とわかめのみそ汁	ちんすこう	鶏モモ肉 沖繩とうふ ★ウィンナー たまご うずまき わかめ	ゆかりごはん ゼリー グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ コーヤ
8	タコライス 豚串カツ ホウレン草の中華スープ	バナナケーキ	豚ミンチ 牛ミンチ 豚串カツ わかめ	ごはん グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ ほうれん草 グリーンピース トマト缶 レタス とうもろこし	23	★スタミナ丼 ★コールスローサラダ ★ミネストローネ	ミニ紅芋パン	豚コマ肉 ★錦糸たまご ★白ハム ★ペーコン	ごはん ★マヨネーズ グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ 干しいたけ にら キャベツ きゅうり とうもろこし トマト缶
9	ごはん ★ホキの天ぷら 青菜と厚揚げのソテー えのきのみそ汁	ミニチョコパン	ホキ 厚揚げとうふ ★たまご	ごはん 小麦粉 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ チンゲン菜 えのき ねぎ	25	あわごはん 揚げ魚の甘辛煮 ★冬瓜のそぼろあんかけ ★かぼちゃサラダ ほうれん草と芋のみそ汁	ココア蒸しパン	ホキ 鶏ミンチ ★カニカマ ★白ハム	あわごはん とうが ★じゃがいも ★マヨネーズ グラニュー糖 大豆油	にんじん とうが えだまめ かぼちゃ きゅうり ほうれん草
11	ごはん ★和風ハンバーグ ★フーチャンプルー ★マカロニサラダ 小松菜と椎茸のみそ汁	マドレーヌ	★ハンバーグ くるま麩 ★たまご ★白ハム ツナ	ごはん マカロニ ★マヨネーズ グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ もやし にら きゅうり とうもろこし こまつな 干しいたけ	26	★ハヤシライス ポテトの磯辺揚げ キャベツのおかか和え	ウィンナーロール	豚コマ肉	ごはん じゃがいも 大豆油	にんじん たまねぎ プロックコー トマト缶 キャベツ きゅうり
12	ごはん ★白身魚の磯辺揚げ ★人参シリシリー みかん缶 冬瓜と油揚げのみそ汁	キャラメル クッキー	ホキ ★たまご ★ペーコン 油あげ	ごはん 小麦粉 大豆油	にんじん たまねぎ にら とうが ねぎ みかん缶	27	ごはん チキンのカレー風味焼き(2個) 切り干し大根煮 フルールカクテル 小松菜と麩のみそ汁	ピザトースト	鶏モモ肉 刻みこんぶ 油あげ ツナ うずまき 麩	ごはん 大豆油	にんじん 切り干し大根 干しいたけ こまつな フルーツ カクテル
13	麦ごはん 春雨のチャプチェ風炒め 大学芋(2個) ほうれん草のおかか和え 大根のすまし汁	バームクーヘン	豚コマ肉 竹小町	麦ごはん はるまき さつま芋 グラニュー糖 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン ほうれん草 だいこん だいこん菜	28	ごはん チキンのトマトソース煮 大根のくず煮 菜の花の和え物 アオサと豆腐のすまし汁	ミニたいやき	鶏モモ肉 豚ミンチ 竹小町 とうふ アオサ	ごはん かたくり粉 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン トマト缶 だいこん ねぎ なのはな
14	カレーライス ★ササミチーズフライ 大根と胡瓜のゴマサラダ	シークワサー ゼリー	鶏モモ肉 ★ササミチーズ フライ ツナ	ごはん じゃがいも 大豆油	にんじん たまねぎ グリーンピース とうもろこし だいこん きゅうり	29	昭和の日				
15	ごはん チキンのごまみそ焼き(2個) クレープイリチー ★たまご入りそうめん汁	スイートポテト	鶏モモ肉 刻み昆布 豚コマ肉 ★錦糸たまご	ごはん コンニャク そうめん グラニュー糖 大豆油	にんじん たまねぎ 切り干し大根 干しいたけ 春巻き ねぎ	30	煮込みラーメン 紅芋団子 ★切り干し大根の中華和え	ミニ カスタードパン	豚コマ肉 ★白ハム	中華麺 ★紅芋だんご グラニュー糖 ごま油 大豆油	にんじん たまねぎ キャベツ もやし とうもろこし 切り干し大根 きゅうり

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)

