



4月メニュー

2014年度 石川三育保育園 献立表



	1歳児朝のおやつ	献立	材 料	おやつ	
1	火	入 園 式			
2	水	せんべい	ジャムパン、バナナ シチュー	全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン しめじ 白菜 グルテン、ブロッコリー、 マッシュルーム、 バナナ	チョコクッキー
3	木	クッキー	タコライス フルーツ 野菜コンソメスープ	胚芽米 人参 玉葱 ピーマン ※乾燥バーガー チーズ キュウリ レタス バジル トマト、桃缶	お好み焼き
4	金	ビスケット	お弁当	* * * * *	亀せんべい
7	月	クラッツカー	雑炊 ポテトフライ サラダ フルーツ	胚芽米、もちきび、えのき、小松菜、人参、大根、玉葱、 フライドポテト、黄パプリカ、トマト、レタス、青のり、イチゴ	ポーポー
8	火	ウエハース	野菜チャンプルー、ソーメン汁 わかめとキュウリの和え物、フルーツ	胚芽米、人参、にら、厚揚げ、ソーメン、きゅうり、わかめ ※タンパッキー、キャベツ、もやし、青ネギ、桃缶	チュロス・豆乳
9	水	せんべい	ジャムサンド フルーツ 豆乳ココア ポテトサラダ	全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 ピクルス、マカロニ キュウリ ミロ 豆乳 バナナ	ココアクッキー
10	木	クッキー	グルテンフライ フルーツ 春雨サラダ、みそ汁	胚芽米、もちきび、玉葱 人参 大根、グルテン、パン粉 春雨、 キュウリ、わかめ 青ネギ、みかん	フルーツゼリー
11	金	ビスケット	お弁当	* * * * *	胚芽ウエハース
14	月	クラッツカー	ジュシー・みそ汁 サラダ、フルーツ	胚芽米、ひじき、人参、しいたけ、キュウリ、みかん、 タンパッキー ワカメ、コーン、青ネギ、トマト、	ドーナツ・豆乳
15	火	ウエハース	根菜の煮物 フルーツ もやしサラダ、味噌汁	胚芽米 人参 大根、こんにゃく、ごぼう、たけのこ ※タンパッキー 昆布、椎茸、青ねぎ わかめ、パイン缶	ヒラヤーチ
16	水	せんべい	野菜カレー フルーツ コールスローサラダ	押し麦、もちきび、胚芽米 じゃがいも 人参 玉葱 ニンニク レタス トマト キュウリ ワカメ おしむぎ、みかん	お誕生会のケーキ
17	木	クッキー	ジャムサンド フルーツ 豆乳ココア ポテトサラダ	全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 ピクルス、マカロニ キュウリ ミロ 豆乳 バナナ	ごまクッキー・豆乳
18	金	ビスケット	お弁当	* * * * *	うまい棒
21	月	クラッツカー	沖縄そば フルーツ 野菜炒め	沖縄そば キャベツ 人参 玉葱 ピーマン コーン ※タンパッキー 青ネギ しょうが にんにく、りんご	おにぎり
22	火	ウエハース	切干大根の煮物 フルーツ みそ汁 サラダ	胚芽米 人参 こんにゃく ※グルテン 椎茸、桃缶 玉葱 青ネギ 切干大根 キャベツ ほうれん草	芋天ぷら・豆乳
23	水	せんべい	ジャムパン、バナナ シチュー	全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン しめじ 白菜 グルテン、ブロッコリー、 マッシュルーム、 バナナ	豆乳プリン
24	木	クッキー	スパゲッティー サラダ 野菜スープ フルーツ	パスタ 人参 玉葱 ピーマン チーズ ※乾燥バーガー マッシュルーム チーズ キュウリ レタス バジル、パイン缶	コーンフレーク・豆乳
25	金	ビスケット	お弁当	* * * * *	菓子パン
28	月	クラッツカー	ひじきの五目炒め ゆし豆腐 サラダ フルーツ	胚芽米、発芽玄米、人参、玉葱、タンパッキー、大豆 豆腐、ひじき、油揚げ、こんにゃく、水菜、レタス、きゅうり、桃缶	黒糖カステラ
29	火	***	昭和の日	* * * * *	* * * * *
30	水	せんべい	ジャムパン、ポテトサラダ、 ミロ豆乳、フルーツ	全粒粉パン、じゃがいも、人参、玉葱、ピクルス、きゅうり マカロニ、バナナ、ジャム	あんこロール

※材料や行事などの都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

*週に2回おやつに豆乳が出ます。

※タンパッキー・・・大豆を加工して作られたハムのようなもの。

※ソーズ・・・大豆を加工して作られたツナ缶のようなもの。

※グルテンミート・・・強力粉を練ってグルテン質を取り出したミートのようなもの。

※リンケツ……………大豆を加工してつくられたウインナーのようなもの。

※乾燥バーガー……大豆とグルテンを加工し乾燥させたひき肉のようなもの。

※アベックス……大豆を加工して作られた唐揚げのようなもの。