令和5年度

4月予定献立表（りんご・いちご・みかん組）

社会福祉法人 イエス団 一麦保育園

日	1日(土)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	17日(月)	18日(火)
献立名	・ごはん ・牛そぼろ ・野菜煮込み ・さつまいも	・ごはん ・豚そぼろ ・麻婆風煮込み ・南瓜	・ごはん ・鮭の揚げ煮 ・スープ煮込み ・さつまいも	・ごはん ・豚そぼろ ・カレー煮込み ・南瓜	・ごはん ・ｶﾗｽｶﾞﾚｲの塩焼き ・春雨入りスープ煮 ・さつまいも	・ごはん ・鶏そぼろ ・野菜コンソメ煮 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・野菜コンソメ煮 ・さつまいも	・ごはん ・牛そぼろ ・コーンクリーム煮 ・南瓜	・ごはん ・カラスガレイの塩焼き ・野菜の煮付け ・さつまいも	・ごはん ・豆腐の千草焼き (ア)とうふハンバーグ ・コンソメ風味煮 ・南瓜	・ごはん ・鮭の竜田揚げ ・ごま入り野菜煮 ・南瓜	・ごはん ・鶏そぼろ ・ﾏｶﾛﾆのｺｰﾝｸﾘｰﾑ煮 ・さつまいも	・ごはん ・豚そぼろ ・鶏ガラスープ煮 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・野菜味噌煮 ・さつまいも	・ごはん ・ｶﾗｽｶﾞﾚｲ照り焼き ・野菜和風煮 ・南瓜
材料名および数量（g）	米 36 牛ミンチ 15 たまねぎ 20 にんじん 20 じゃがいも 25 はくさい 15 葉ねぎ 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 4 三温糖 1.8 本みりん 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 木綿豆腐 15 たまねぎ 20 はくさい 15 にんじん 20 だいこん 15 じゃがいも 25 葉ねぎ 9 コンソメ 0.9 こいくちしょうゆ 1 三温糖 1 食塩 0.1 赤みそ 3 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 片栗粉 2.7 なたね油 3.6 水 9 こいくちしょうゆ 4.5 三温糖 2.7 本みりん 1 こまつな 12 キャベツ 15 にんじん 20 もやし 15 たまねぎ 20 かぼちゃ 25 鳥がら 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 たまねぎ 20 じゃがいも 25 コーン缶 5 にんじん 20 キャベツ 15 ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗｶﾞｽ 9 コンソメ 0.9 カレー粉 0.2 こいくちしょうゆ 1.3 トマトケチャップ 1 とんかつソース 2.7 三温糖 1.3 食塩 0.09 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 塩・こしょう 0.1 薄力粉 4.5 はるさめ 10 たまねぎ 20 にんじん 20 かぼちゃ 25 木綿豆腐 15 チンゲンサイ 15 鳥がら 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 鶏ミンチ 15 ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗｶﾞｽ 9 たまねぎ 20 にんじん 20 きゅうり 15 キャベツ 15 コンソメ 0.9 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 キャベツ 15 コーン缶 5 にんじん 20 パセリ 0.09 コンソメ 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 15 さつまいも 25 にんじん 20 たまねぎ 20 ごぼう 10 さやいんげん 9 キャベツ 15 ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 20 コンソメ 0.9 食塩 0.09 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 塩・こしょう 0.1 薄力粉 4.5 だいこん 20 こまつな 12 にんじん 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 こまつな 12 もやし 15 しらたき 12 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 4 食塩 0.3 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 合挽きミンチ 13.5 たまねぎ 27 木綿豆腐 36 にんじん 9 ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ缶 2.7 鳥がら 0.9 鶏卵(ア) 27 塩・こしょう 0.09 白ワイン 0.45 なたね油 0.45 (ア)片栗粉 0.5 にんじん 20 たまねぎ 20 キャベツ 15 だいこん 15 さつまいも 25 ブロッコリー 8 コンソメ 0.9 食塩 0.09 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 しょうが 0.3 こいくちしょうゆ 2 本みりん 0.8 酒 0.8 片栗粉 4.5 なたね油 2.7 だいこん 15 こまつな 15 にんじん 20 さつまいも 25 たまねぎ 20 いりごま 0.5 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 鶏ミンチ 15 マカロニ 5 たまねぎ 20 にんじん 20 じゃがいも 25 チンゲンサイ 20 コーン缶 4.5 ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶 20 コンソメ 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 20 さつまいも 25 にんじん 20 たまねぎ 20 キャベツ 15 さやいんげん 10 鳥がら 0.9 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 20 じゃがいも 25 油揚げ 1.5 ほうれんそう 12 混合削り節 0.9 味噌 4 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 カラスガレイ 45 しょうが 0.45 こいくちしょうゆ 2.7 本みりん 2.25 酒 1.35 こいくちしょうゆ 1.35 本みりん 0.54 三温糖 0.63 厚揚げ 5 しらたき 9 はくさい 15 にんじん 20 冷凍さといも 25 たまねぎ 20 だいこん 15 さやいんげん 1.8 混合削り節 0.9 三温糖 3 こいくちしょうゆ 5 食塩 0.2 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2
おやつ	おかし バナナ 牛乳	フレンチトースト オレンジ 牛乳	黒蜜蒸しパン りんご 牛乳	小麦まんじゅう りんご 牛乳	じゃがもち バナナ 牛乳	青菜おにぎり オレンジ 牛乳	おかし バナナ 牛乳	甘食 オレンジ 牛乳	おしょうゆラスク りんご 牛乳	しめじおにぎり オレンジ 牛乳	ふかし芋 りんご 牛乳	南瓜マフィン オレンジ 牛乳	おかし バナナ 牛乳	さけとわかめのおにぎり オレンジ 牛乳	メロンパントースト りんご 牛乳
エネルギー	452	453	531	477	503	445	439	469	479	561	498	503	432	481	545
たんぱく質	14	17	22.8	14.5	20.7	14.9	13.3	14.9	22.4	21.9	21.6	16.2	14.3	16.6	23.8

日	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	・ごはん ・鶏そぼろ ・豆腐味噌煮込み ・さつまいも	・ごはん ・鮭の塩焼き ・野菜のコンソメ煮 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・きのこスープ煮 ・さつまいも	・ごはん ・牛そぼろ ・コンソメ煮風 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・野菜スープ煮込み ・さつまいも	・ごはん ★ ・味付きハンバーグ ・コンソメ野菜煮 ・南瓜	・ごはん ・豚そぼろ ・味噌煮込み ・さつまいも	・ごはん ・カラスガレイの素揚げ ・野菜煮込み ・南瓜	・ごはん ・牛そぼろ ・ケチャップ煮込み ・さつまいも
材料名および数量（g）	米 36 鶏ミンチ 15 木綿豆腐 12 にんじん 20 たまねぎ 20 かぼちゃ 25 はくさい 15 こまつな 12 混合削り節 0.9 味噌 4 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 紅さけ 45 薄力粉 4.5 塩・こしょう 0.09 じゃがいも 25 にんじん 20 はくさい 15 さやいんげん 9 たまねぎ 20 はるさめ 2.7 ｺﾝｿﾒ(ア)鶏ガラ 0.9 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 キャベツ 15 本しめじ 12 にんじん 20 ほうれんそう 12 鳥がら 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 キャベツ 15 コーン缶 4.5 にんじん 20 ピーマン 10 コンソメ 0.9 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 キャベツ 15 もやし 15 にんじん 20 たまねぎ 20 かぼちゃ 25 チンゲンサイ 12 鳥がら 0.9 食塩 0.1 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 合挽きミンチ 36 たまねぎ 22.5 にんじん 4.5 鶏卵(ア) 4.5 パン粉 1.3 牛乳(ア)豆乳 2.7 塩・こしょう 0.09 こいくちしょうゆ 1 三温糖 1 さつまいも 25 にんじん 20 はくさい 15 たまねぎ 20 だいこん 15 パセリ 0.01 コンソメ 0.9 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 豚ミンチ 15 木綿豆腐 12 たまねぎ 20 にんじん 20 なたね油 7 ｸﾞﾘｰﾝｱｽﾊﾟﾗｶﾞｽ 25 じゃがいも 7 ごぼう 15 キャベツ 0.9 混合削り節 4 味噌 20 さつまいも 0.9 混合削り節 0.5 こいくちしょうゆ 0.2 三温糖	米 36 カラスガレイ 45 片栗粉 4.5 塩・こしょう 0.09 なたね油 3.1 こまつな 10.8 だいこん 15 にんじん 20 さつまいも 25 たまねぎ 20 はくさい 15 厚揚げ 12 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 5 三温糖 3 食塩 0.1 かぼちゃ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2	米 36 牛ミンチ 15 たまねぎ 20 にんじん 20 じゃがいも 25 キャベツ 15 本しめじ 12 コーン缶 4.5 パセリ 0.09 コンソメ 0.9 とんかつソース 4 トマトケチャップ 8 食塩 0.1 三温糖 0.2 さつまいも 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 0.5 三温糖 0.2
おやつ	フライドポテト バナナ 牛乳	シュガートースト りんご 牛乳	ドーナツ オレンジ 牛乳	おかし バナナ 牛乳	ひじきおにぎり オレンジ 牛乳	いちばくケーキ バナナ 牛乳	麩のラスク りんご 牛乳	ホットケーキ オレンジ 牛乳	チキンナゲット りんご 牛乳
エネルギー	411	477	467	446	485	576	432	528	488
たんぱく質	15	23.8	14.9	14.3	17	19.2	16.3	23	19.7

【4月の行事食】

★25日（火曜日）　お誕生日会

【手作りおやつの材料】

○ 3日(月) 食パン、卵、牛乳、三温糖、バター
(ア)食パン、豆乳、三温糖、なたね油、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○ 4日(火) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、黒砂糖、水
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、豆乳、黒砂糖、水
○ 5日(水) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、さつまいも、三温糖、水
○ 6日(木) じゃがいも、三温糖、バター、片栗粉、しょうゆ、みりん
○ 7日(金) 米、青菜ふりかけ
○10日(月) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、重曹、ﾏｰｶﾞﾘﾝ、三温糖、卵、ｺﾝﾃﾞﾝｽﾐﾙｸ、牛乳、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、なたね油
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、重曹、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、三温糖、豆乳、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ、ﾒｰﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ、なたね油
○11日(火) 食パン、三温糖、しょうゆ、バター、水 // **(ア)食パン、三温糖、しょうゆ、水**
○12日(水) 米、しめじ、薄揚げ、酒、しょうゆ、みりん、塩
○13日(木) さつまいも
○14日(金) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、南瓜、卵、バター、三温糖、牛乳
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、南瓜、三温糖、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○17日(月) 米、鮭わかめふりかけ
○18日(火) 食パン、ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ、牛乳、バター、グラニュー糖
(ア)食パン、(卵・乳不使用)ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、グラニュー糖
○19日(水) じゃがいも、なたね油、塩
○20日(木) 食パン、マーガリン、グラニュー糖
○21日(金) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、なたね油
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ、なたね油
○24日(月) 米、ひじき、豚ミンチ、ごぼう、人参、干ししいたけ、三温糖、酒、しょうゆ、
○25日(火) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、マーガリン、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○26日(水) おつゆ麩、マーガリン、グラニュー糖
○27日(木) 薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、三温糖、牛乳、ﾊﾞﾀｰ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ、塩
(ア)薄力粉、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、三温糖、豆乳、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ﾊﾞﾆﾗｴｯｾﾝｽ
○28日(金) 鶏ミンチ、木綿豆腐、マヨドレ、薄力粉、塩、なたね油