

D a o p 4月の指導計画・・・保育園のお昼ごはんを食べることに慣れる。 A B C E

月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> 中華丼 バナナ	<b>2</b> 五目寿司 豆腐のすまし汁	<b>3</b> ごはん ころっけ ゆかりキャベツ 大根の味噌汁	<b>4</b> ちゃんぽんめん
		米・豚肉・白菜・人参 チンゲン菜・玉ねぎ もやし・椎茸 なると・バナナ・鶏ガラ	米・高野豆腐・ごぼう れんこん・干し椎茸 かまぼこ・豆腐・えのき 青ねぎ・酢・砂糖・醤油	米・合びき・じゃが芋 キャベツ・ゆかり・大根 人参・豚肉・玉ねぎ こんにゃく・青ねぎ 味噌	中華麺・豚肉・人参 キャベツ・玉ねぎ 椎茸・なると・もやし 鶏ガラ・青ねぎ
		ももゼリー	牛乳・ぱりんこ	りんごジュース・源氏パイ	ヤクルト・星たべよ
<b>6</b> カレーライス フルーツサラダ 福神漬	<b>7</b> ごはん 揚げギョウザ ブロッコリー 春雨サラダ	<b>8</b> ごはん 鶏の照り焼き フライドポテト ちくわの味噌汁	<b>9</b> チキンライス 春野菜スープ みかんゼリー	<b>10</b> じゃこわかめごはん 肉うどん りんご	<b>11</b> 他人丼
米・牛肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋・桃 パイン・みかん・福神漬 カレールウ	米・豚ミンチ・白菜 ニラ・春雨・ハム・コーン きゅうり・人参・酢 ブロッコリー・砂糖・醤油	米・鶏肉・じゃが芋 ちくわ・玉ねぎ・人参 青ねぎ・青のり・ふ 味噌	米・豚ミンチ・玉ねぎ 人参・グリンピース・コーン じゃが芋・いんげん豆 キャベツ・ポークビッツ コンソメ・みかんゼリー	米・ちりめん・わかめ うどん・牛肉・玉ねぎ かまぼこ・薄あげ 青ねぎ・りんご・醤油	米・豚肉・玉ねぎ 人参・かまぼこ・薄あげ 卵・青ねぎ・砂糖・醤油
牛乳・大学芋	ヤクルト・スティックパン	小魚カルシウム	牛乳・お米スナック	野菜ジュース・豆乳クッキー	ヤクルト・ハッピーターン
<b>13</b> ごはん 豚の生姜焼き キャベツ 里芋の味噌汁	<b>14</b> ごはん さわらの塩焼き にゅうめん たまご焼き	<b>15</b> ロールパン クリームシチュー ミートボール	<b>16</b> おべんとうの日	<b>17</b> 十六穀米ごはん 豚肉と さつま芋の煮物 白菜のナムル	<b>18</b> 牛丼
米・豚肉・玉ねぎ 人参・生姜・キャベツ 厚あげ・里芋・青ねぎ 味噌・醤油・しめじ	米・さわら・そうめん えのき・かまぼこ・玉ねぎ 人参・絹さや・卵・醤油	ロールパン・豚肉・人参 玉ねぎ・じゃが芋 ブロッコリー・しめじ ミートボール・シチュールウ		米・十六穀米・豚肉 さつま芋・玉ねぎ・人参 なす・ごぼう・こんにゃく 身天・白菜・きゅうり 砂糖・醤油	米・牛丼・玉ねぎ かまぼこ・糸こんにゃく 青ねぎ
牛乳・さやえんどう	ヤクルト・チキンナゲット	おにぎり	牛乳・お好み焼き	野菜ゼリー	ヤクルト・ぼたぼた焼き
<b>20</b> ごはん 大根のそぼろ煮 ブロッコリーと ツナの和え物	<b>21</b> ごはん マーボー豆腐 平天と小松菜の 煮物 オレンジ	<b>22</b> おべんとうの日	<b>23</b> 昆布ごはん 千切大根煮付 ウインナー	<b>24</b> ごはん 牛肉の野菜炒め トマト わかめのスープ	<b>25</b> ロールパン バナナ りんごジュース
米・豚ミンチ・こんにゃく 人参・里芋・グリンピース かまぼこ・大根・ツナ缶 ブロッコリー・ドレッシング コーン・砂糖・醤油	米・豚ミンチ・豆腐 人参・玉ねぎ・なす ニラ・椎茸・小松菜 平天・オレンジ・砂糖 醤油・マーボーの素		米・塩昆布・白ゴマ 千切大根・高野豆腐 グリンピース・人参 シャウエッセン・ちくわ	米・牛肉・キャベツ 玉ねぎ・人参・ピーマン ミニトマト・わかめ 白ゴマ・鶏ガラ 焼肉のたれ	ロールパン・バナナ りんごジュース
牛乳・セサミスティック	ヤクルト・芋けんぴ	スポン・ラスク	牛乳・フレンチトースト	ファイバーヨーグルト	ヤクルト・ぱりんこ
<b>27</b> ごはん 肉じゃが きゅうりの酢の物	<b>28</b> 豆ごはん 赤魚のあんかけ 冷しゃぶサラダ	<b>29</b> 昭和の日	<b>30</b> 鮭ごはん 高野豆腐煮付 ほうれん草の ごま和え		
米・豚肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・糸こんにゃく かまぼこ・グリンピース きゅうり・ちりめん・酢 砂糖	米・えんどう豆・赤魚 玉ねぎ・人参・椎茸 三つ葉・豚肉・レタス きゅうり・醤油 コーンドレッシング		米・鮭フレーク・白ゴマ 大葉・高野豆腐・人参 玉ねぎ・かまぼこ・しめじ ほうれん草・かつお節 醤油・砂糖		
牛乳・とんがりコーン	ヤクルト・ミルクパン		牛乳・ポテトチップス		

☆献立は変更する事があります。