

献立表

2025年04月

みのり保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01 火	昼食	肉団子 リョネーズポテト すまし汁	じゃがいも	ベーコン 木綿豆腐	たまねぎ、パセリ たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ	洋風だしの素、食塩 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
02 水	昼食	すきやき風煮 はるマヨサラダ	砂糖、焼ふ フレンチドレッシング(白)、マヨネーズ、はるさめ	牛肉(肩ロース)、焼き豆腐 ハム、ツナ油漬缶	はくさい、ねぎ、にんじん、たまねぎ、しめじ にんじん、コーン(冷凍)、きゅうり	和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
03 木	昼食	焼魚 きゅうりこんぶ みそ汁	砂糖	さけ しらす干し 淡色みそ、油揚げ	きゅうり、にんじん、塩こんぶ、ごま たまねぎ、にんじん、万能ねぎ、しめじ	酒、おろししょうが、みりん、しょうゆ 和風だしの素
04 金	昼食	肉じゃが ほうれん草のなめたけ和え きんととき豆	じゃがいも、砂糖 砂糖	牛肉(ばら) いんげんまめきんとん	たまねぎ、にんじん、いんげん、しめじ ほうれんそう(冷凍)、なめたけ、にんじん	しょうゆ(うすくち)、和風だしの素 しょうゆ(うすくち)、和風だしの素
05 土	昼食	豚汁うどん チーズ	ゆでうどん	豚肉(ばら)、淡色みそ スライスチーズ	だいこん、にんじん、板こんにゃく、ごぼう、ねぎ	和風だしの素、みりん
07 月	昼食	カレーシチュー ゼリー	砂糖、じゃがいも	脱脂粉乳、牛肉(もも)	にんじん、たまねぎ、グリーンピース(冷凍)	カレーパウダー、ケチャップ、中濃ソース
08 火	昼食	ロールパン ポトフ くだもの	ロールパン じゃがいも	ウインナーソーセージ	しめじ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、ごぼう バナナ	パセリ粉、洋風だしの素、食塩
09 水	昼食	ミルクパン コーンクリームシチュー ウインナー	ロールパン じゃがいも	鶏もも肉(皮付き)、脱脂粉乳 ウインナーソーセージ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、クリームコーン缶	ケチャップ、中濃ソース
10 木	昼食	麻婆豆腐 春雨サラダ	片栗粉、砂糖 はるさめ、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ 卵、ハム、ツナ油漬缶	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ、干しいたけ きゅうり、ごま	中華だしの素、おろししょうが、酢、和風だしの素 中華だしの素、酢、しょうゆ(うすくち)
11 金	昼食	カレーのごまがらめ ハムとほうれん草のサラダ パンパキンスープ	砂糖 マヨネーズ	かれい ハム 豆乳	ごま ほうれんそう(冷凍)、にんじん、コーン(冷凍) たまねぎ、かぼちゃ(冷凍)、かぼちゃ	しょうゆ、みりん、酒 洋風だしの素、食塩
12 土	昼食	ちゃんぽん焼き くだもの	ゆで中華めん、ゆでうどん	豚肉(ばら)、かつお節	あおのり、もやし、ねぎ、にんじん、キャベツ りんご	お好み焼きソース
14 月	昼食	肉じゃが マカロニサラダ チーズ	じゃがいも、砂糖 マカロニ、マヨネーズ、フレンチドレッシング(白)	牛肉(ばら) ハム、ツナ油漬缶 スライスチーズ	たまねぎ、にんじん、いんげん、しめじ きゅうり、コーン(冷凍)	しょうゆ(うすくち)、和風だしの素
15 火	昼食	鮭の唐揚げ ブロッコリーのごまあえ ベーコンと野菜のスープ	油、片栗粉 じゃがいも	さけ ベーコン	ブロッコリー、ごま にんじん、たまねぎ、キャベツ、いんげん(ゆで)	食塩 しょうゆ 洋風だしの素、しょうゆ(うすくち)
16 水	昼食	豆腐と豚肉の旨煮 リョネーズポテト	片栗粉 じゃがいも	木綿豆腐、豚肉(肩) ベーコン	たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン(冷凍)、ごま たまねぎ、パセリ	酒、しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、おろししょうが 食塩
17 木	午後おやつ	レーズンケーキ	バター、ホットケーキ粉	脱脂粉乳、卵	干しぶどう	
18 金	昼食	チキンカレーシチュー ベーコンとキャベツの炒め物 くだもの	じゃがいも、砂糖	鶏もも肉(皮付き) ベーコン	たまねぎ、日本めづし、にんじん、グリーンピース(冷凍) キャベツ、コーン(冷凍) オレンジ	カレーパウダー、ケチャップ、中濃ソース 洋風だしの素
19 土	昼食	鱈のオーブンフライ ハムと春キャベツの甘酢和え 豆腐とじゃがいものみそ汁	マヨネーズ 砂糖 じゃがいも	さくら、大豆粉 ハム 淡色みそ、木綿豆腐	にんじん、キャベツ 万能ねぎ、にんじん、たまねぎ	酢、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素
21 月	昼食	ミートソーススパゲティ ひとくちゼリー	マカロニ・スパゲティ、砂糖	豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、しめじ、グリーンピース(冷凍)	ケチャップ、中濃ソース
22 火	昼食	ポークビーンズ ツナとひじきの煮物	じゃがいも、砂糖 砂糖	豚肉(肩)、大豆水煮缶 ツナ油漬缶	たまねぎ、にんじん、トマトピューレ にんじん、板こんにゃく、ひじき、干しいたけ	ウスターソース、酒、ケチャップ、洋風だしの素 しょうゆ(うすくち)、和風だしの素、しょうゆ
23 水	昼食	グリルチキン ブロッコリーのおかか和え もずくのみそ汁		鶏もも肉(皮付き) かつお節 絹ごし豆腐	ブロッコリー たまねぎ、もずく、にんじん、ねぎ	酒、食塩 しょうゆ 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
24 木	昼食	鮭の塩焼き チャブチエ 油揚げの味噌汁	ごま油、はるさめ	さけ 豚肉(もも) 米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	干しいたけ、にんじん、にら、たけのこ(水煮)、ごま たまねぎ、にんじん、ねぎ、だいこん	食塩 中華だしの素、みりん、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素
25 金	昼食	マカロニのクリーム煮 ポパイサラダ	マカロニ 砂糖	鶏もも肉(皮付き)、大正えび ツナ油漬缶	たまねぎ、にんじん、エリンギ、しめじ ほうれんそう(冷凍)、にんじん、コーン(冷凍)	ホワイトソース、洋風だしの素 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
26 土	昼食	炊き込みご飯 ほうれん草の和風スパゲティ すまし汁 くだもの	米 マカロニ・スパゲティ 焼ふ	鶏もも肉(皮付き)、油揚げ ベーコン	しめじ、にんじん、ごぼう、板こんにゃく ほうれんそう(冷凍)、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン(冷凍) たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ	酒、みりん、和風だしの素、食塩、しょうゆ(うすくち) しょうゆ(うすくち)、洋風だしの素、和風だしの素 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩 いちご
28 月	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	脱脂粉乳	バナナ、りんご	
29 火	昼食	きつねうどん チーズ	生うどん	油揚げ(甘煮) チーズ	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ	みりん、和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
30 水	昼食	愛情弁当 カレーのごまがらめ ハムとほうれん草のサラダ 野菜スープ	砂糖 マヨネーズ じゃがいも	かれい ハム ベーコン	ごま ほうれんそう(冷凍)、にんじん、コーン(冷凍) たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ	しょうゆ、みりん、酒 パセリ粉、洋風だしの素、しょうゆ(うすくち)
	午後おやつ	マカロニきな粉	砂糖、マカロニ	きな粉		食塩

献立表

2025年05月

みのり保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01 木	昼食	麻婆豆腐 パンパンジー チーズ	砂糖、片栗粉 はるさめ、砂糖	赤みそ、豚ひき肉、木綿豆腐 鶏ささ身(茹) チーズ	干しいたけ、ピーマン、万能ねぎ、にんじん、たまねぎ きゅうり、コーン(冷凍)、ごま	中華だしの素、おろししょうが、しょうゆ しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、酢
02 金	昼食	カレーシチュー ベーコンとキャベツの炒めもの	じゃがいも、砂糖	牛肉(ばら) ベーコン	たまねぎ、日本おろし、にんじん、グリーンピース(冷凍) コーン(冷凍)、キャベツ	カレールー、ケチャップ、中濃ソース 洋風だしの素
07 水	午後おやつ	果物			バナナ	
08 木	昼食	春野菜の豆乳コーンチャウダー ささみとブロッコリーのサラダ	じゃがいも マヨネーズ	ツナ油漬缶、豆乳 鶏ささ身(茹)	にんじん、グリーンコーン缶、コーン(冷凍)、たまねぎ、キャベツ ブロッコリー、にんじん	洋風だしの素、食塩
08 木	昼食	高野豆腐の卵とじ チャブチ	砂糖 ごま油、はるさめ	凍り豆腐、卵 豚肉(もも)	たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、しめじ、干しいたけ 干しいたけ、にんじん、たけのこ(水煮缶)、こまつな、ごま	しょうゆ(うすくち)、和風だしの素 中華だしの素、みりん、しょうゆ(うすくち)
09 金	午後おやつ	お花畑ゼリー	砂糖	ゼラチン	レモン果汁、キウイフルーツ、みかん缶、いちご	
10 土	昼食	鮭のソイフレーク焼き ジャーマンポテト(ベーコン) 若竹汁	マヨネーズ、油 じゃがいも、油	さけ、大豆粉 ベーコン 絹ごし豆腐	たまねぎ カッパ、万能ねぎ、にんじん、たまねぎ、たけのこ(水煮缶)	食塩 食塩、パセリ粉、こしょう 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
12 月	昼食	カレーうどん チーズ	生うどん、片栗粉	牛肉(肩)、油揚げ チーズ	たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ	カレー、みりん、カレールー、和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
13 火	昼食	ボーケビーンズ ひじきの煮物 ひとくちゼリー	じゃがいも、砂糖 砂糖	豚肉(肩)、大豆水煮缶 油揚げ	たまねぎ、にんじん、トマトピューレ ひじき、干しいたけ、にんじん、いんげん(ゆで)、板こんにゃく	ウスターソース、酒、ケチャップ、洋風だしの素 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ
14 水	昼食	カレーの唐揚げ ブロッコリーのナムル 豚肉とみずくのスープ	油、片栗粉 ごま油	カレー 豚肉(ばら)、木綿豆腐	焼きのり、ブロッコリー、ごま もずく、ねぎ、にんじん、たまねぎ	しょうゆ(うすくち) 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)
15 木	昼食	チンジャオロース 豆乳のコーンスープ チーズ	砂糖、片栗粉	豚肉(もも) 調製豆乳、ベーコン チーズ	鶏ささ身、さき、ピーマン、たまねぎ、たけのこ(水煮缶) クリームコーン缶、たまねぎ、にんじん	酒、中華だしの素、おろししょうが、しょうゆ 洋風だしの素、パセリ粉
16 金	午後おやつ	弁当				
17 土	昼食	キャロットマフィン	バター、砂糖、ホットケーキ粉	脱脂粉乳、卵	にんじん	
18 日	昼食	鱈の西京焼き ハムと野菜の梅マヨ和え すまし汁	砂糖 マヨネーズ、じゃがいも	さわら、淡色みそ ハム 絹ごし豆腐	うめびしお、にんじん、きゅうり たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、カッパ、万能ねぎ	みりん 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
19 月	昼食	ナポリタン 果物	スパゲティ	ベーコン	たまねぎ、コーン(冷凍)、にんじん、しめじ、ピーマン オレンジ	ケチャップ、洋風だしの素、中濃ソース
20 火	昼食	春野菜の豆乳コーンチャウダー ささみとブロッコリーのサラダ	じゃがいも マヨネーズ	ツナ油漬缶、豆乳 鶏ささ身(茹)	にんじん、グリーンコーン缶、コーン(冷凍)、たまねぎ、キャベツ ブロッコリー、にんじん	洋風だしの素、食塩
21 水	昼食	ハンバーグ ほうれん草のごま和え かぼちゃのみそ汁		ほうれん草(冷凍)、にんじん、ごま ねぎ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ、干しいたけ きゅうり、ごま	ケチャップ、中濃ソース しょうゆ 和風だしの素
22 木	昼食	煮魚 きんぴらごぼう すまし汁	砂糖 ごま油、砂糖	あかうお 豚肉(肩)、さつま揚げ 木綿豆腐	にんじん、ごぼう、いんげん、ごま たまねぎ、にんじん、ねぎ	酒、和風だしの素、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
23 金	午後おやつ	パンパキンチーズケーキ	バター、ホットケーキ粉	チーズ、脱脂粉乳、卵	かぼちゃ(冷凍)	
24 土	昼食	麻婆豆腐 春雨サラダ	片栗粉、砂糖 はるさめ、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ 卵、ハム、ツナ油漬缶	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ねぎ、干しいたけ きゅうり、ごま	中華だしの素、おろししょうが、洋風だしの素、和風だしの素 中華だしの素、酢、しょうゆ(うすくち)
25 日	午後おやつ	果物			りんご	
26 月	昼食	鱈のレモン風味 ブロッコリーのナムル わかめスープ	片栗粉、油、砂糖 ごま油 ごま油	さわら	レモン果汁 焼きのり、ブロッコリー、ごま カッパ、万能ねぎ、しめじ、もやし、にんじん、たまねぎ、ごま	しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん しょうゆ(うすくち) 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)
27 火	昼食	鶏のあんかけうどん ひとくちゼリー	生うどん、片栗粉	鶏もも肉(皮付き)	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、しいたけ	みりん、和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
28 水	昼食	豚じゃが ツナとほうれん草のサラダ チーズ	じゃがいも、砂糖	豚肉(もも) ツナ油漬缶 チーズ	たまねぎ、にんじん、しらたき、グリーンピース(冷凍) もやし、ほうれん草(冷凍)、にんじん	しょうゆ(うすくち)、和風だしの素 しょうゆ
29 木	昼食	鮭のソイフレーク焼き 切干大根の煮物 若竹汁	マヨネーズ、油 砂糖	さけ、大豆粉 油揚げ、生揚げ 絹ごし豆腐	干しいたけ、にんじん、切干だいこん、いんげん カッパ、万能ねぎ、にんじん、たまねぎ、たけのこ(水煮缶)	食塩 和風だしの素、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素、しょうゆ(うすくち)
30 金	昼食	テリヤキチキン ほうれん草とハムのソテー さやえんどうのみそ汁	砂糖	鶏もも肉(皮付き) ハム 淡色みそ、木綿豆腐	えのきたけ、ほうれん草(冷凍)、コーン(冷凍) カッパ、万能ねぎ、にんじん、たまねぎ、さやえんどう	しょうゆ、みりん、酒、おろししょうが 洋風だしの素 和風だしの素
31 土	昼食	かき揚げ ブロッコリーのおかか和え 豚肉とキャベツのスープ	油、じゃがいも、てんぷら粉	えび かつお節 豚肉(もも)	にら、コーン(冷凍)、たまねぎ、ごぼう ブロッコリー パセリ、にんじん、たまねぎ、キャベツ	しょうゆ(うすくち) 洋風だしの素、しょうゆ(うすくち)
32 日	午後おやつ	フルーツヨーグルト	砂糖	脱脂粉乳	もも缶(黄桃)、みかん缶	
33 月	昼食	たけのこご飯 マカロニサラダ 新じゃがのみそ汁 ウインナー	米 マカロニ、マヨネーズ、フレッシュパセリ(白) じゃがいも	油揚げ ハム、ツナ油漬缶 淡色みそ、油揚げ ウインナーソーセージ	にんじん、たけのこ(水煮缶) きゅうり、コーン(冷凍) カッパ、万能ねぎ、にんじん、たまねぎ	酒、みりん、和風だしの素、食塩、しょうゆ(うすくち) 和風だしの素 ケチャップ、中濃ソース
34 火	午後おやつ	ツナクリームスパゲティ チーズ	スパゲティ	ツナ油漬缶 チーズ	しめじ、にんじん、コーン(冷凍)、たまねぎ、グリーンピース(冷凍)	ホワイトソース