



# 4がつ こんだてよていひょう

令和5年4月4日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園



14日(金)は、完全給食の日。

(3~5歳児さんは、ご飯がいりません。)

\*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。

0~2歳児・・・80ml

3~5歳児・・・100~180ml



日	曜日	めにゅー			おひるのきゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
4	火	おかし 乳酸菌飲料	とりにくのわふうあげ ゆでぶろっこりー コーンぼとサラダ いちご	おいわいけーき	かたくりこ あぶら じゃがいも まよねーず	とりにく はむ かつおぶし	こーん さやいんげん にんじん ぶろっこりー いちご	大豆製品・葉もの
5	水	2色くらっかー のむよーぐると	まーぼーどうふ ばなな きゃべつのパーこんどれっしんぐ	だいがくかぼちゃ	ごまあぶら さとう かたくりこ おりーぶおいる	もめんどうふ ぶたミンチ むきえび パーこん	たまねぎ ねぎ さやいんげん ほししいたけ しょうが にんにく きゃべつ こまつな ばなな	たまご・いも類
6	木	ぶちあんぱん みるくここあ	さわらのごまやき はるやさいもみ さつまいもとさつまあげのあま煮 せとみ	ゆうやけおにぎり	しろごま さとう さつまいも	さわら さつまあげ だいず かつおぶし しおこんぶ	きゃべつ すなっつえんどう にんじん せとみ	海藻類・やさしい
7	金	いちご ぶちぜりー	にくじゃが のりあえ りんご	はなまつりくつきー	じゃがいも あぶら さとう いとこんにやく	ぎゅうにく かまぼこ たまご のり	にんじん たまねぎ さやいんげん ほうれんそう りんご	乳製品・ごま・ナッツ
8	土	おかし ぎゅうにゅう	ごもくやきそば あーもんどあえ おれんじ	おかし	やきそばめん あぶら さとう あーもんどぶーどる	ぶたにく	にんじん たまねぎ きゃべつ ぴーまん たけのこ もやし きゅうり おれんじ	魚介類・葉もの
10	月	おかし はちみつりんご		しゅがーぱい		♪お昼の給食が、お休みです。手作りのお弁当をお願いします。♪		
11	火	りんご・おれんじ	かぼちゃのぐらたん つなとみどりやさいのそてー いちご	あめりかんどつく	あぶら こむぎこ ばたー	とりにく ぎゅうにゅう つな ちーず	かぼちゃ たまねぎ にんじん ばせり ぶろっこりー あかびーまん あすばらがす いちご	大豆製品・いも類
12	水	うえはーす いちご	しろみさかなのおらんだあげ きりほしだいこんのもの おれんじ	ふる一つぼんち	こむぎこ あぶら さとう いたこんにやく	しろみさかな たまご あぶらあげ	にんじん たまねぎ ばせり きりほしだいこん おれんじ	肉類・ごま・ナッツ
13	木	やきいも・ばなな	なまあげのみそ煮 すなっつえんどうのごまあえ りんご	びすきゅいぱん	ごま油 さとう しろすりごま かたくりこ まよねーず	なまあげ ぶたにく みそ あぶらあげ	にんじん こまつな たまねぎ すなっつえんどう りんご	海藻類・淡色やさしい
14	金	ぼうむくーへん ぶちがりん	<b>たけのこごはん</b> はるやさいのちくさやき うどのすのもの いちご	おふのからめるらすく おれんじ	<b>こめ</b> じゃがいも あぶら さとう	あぶらあげ とりミンチ たまご	たけのこ にんじん たまねぎ さやえんどう うど きゅうり きゃべつ りんご いちご	乳製品・葉もの
15	土	おかし ぎゅうにゅう	わふうやきうどん つなごまきゅうり ばなな	おかし	ゆでうどん あぶら ばたー ごまあぶら しろごま	ぶたにく つな	にんじん たまねぎ ぴーまん きゃべつ きゅうり ばなな	たまご・緑黄色やさしい
17	月	おかし ばななじゅーす	すきやきふう煮 もやしのなむる りんご	しんじゃがちつぱす	やきふ いたこんにやく あぶら さとう ごまあぶら	ぎゅうにく やきどうふ はむ	たまねぎ はくさい にんじん ねぎ えのきたけ もやし きゅうり りんご	魚介類・かんきつ類
18	火	2色くらっかー ぶどうじゅーす	さけのむにえるたるたるそーす はるやさいのすばげつてい ばなな	おかかちーず おいるおにぎり	こむぎこ あぶら ばたー まよねーず すばげつてい	さけ こなちーず たまご パーこん	たまねぎ にんじん きゃべつ あすばらがす そらまめ こーん ばなな	大豆製品・葉もの
19	水		<b>はるのえんそく</b>	あんぱん		♪手作りのお弁当をお願いします。なにが入っているか、ドキドキ・ワクワク・・・♪		
20	木	りんご・ばなな	ぼーくなぼりたん なつみ かりかりじゃことわかめのサラダ	はなまめ すいーとぼと	あぶら ごまあぶら さとう	ぶたにく しらすぼし わかめ なまあげ	たまねぎ にんじん ぴーまん きゅうり なつみ	たまご・やさしい
21	金		<b>おたのしみランチ</b>			♪誕生会の日の★ちょっとかわいい★ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいります♪		
22	土	おかし ぎゅうにゅう	ぎゅうどん はむサラダ おれんじ	おかし	さとう あぶら まよねーず	ぎゅうにく はむ	たまねぎ にんじん こねぎ もやし きゅうり おれんじ	乳製品・緑黄色やさしい
24	月	おかし かるびすみるく	ごもく煮 さやいんげんとささみのごまあえ りんご	ちゅうかふうむしぱん	いたこんにやく あぶら さとう しろごま	こうやどうふ がんもどき とりささみ	にんじん ごぼう かぼちゃ さやいんげん りんご	海藻類・やさしい
25	火	ぼいるういんなー	とりにくのてりやき ごもくひじき ごもくみそしる おれんじ	はるの 2しょくくらっかー	さとう いたこんにやく あぶら さつまいも	とりにく めひじき ちくわ だいず なまあげ みそ	さやいんげん にんじん ごぼう ほししいたけ こねぎ おれんじ	たまご・葉もの
26	水	みるきーとーすと はちみつりんご	そらまめとしんたまごとし ばなな はるきゃべつとたけのこのおひたし	わらびもち	あぶら さとう	ぶたにく たまご かにかま かつおぶし	そらまめ にんじん たまねぎ きゃべつ たけのこ ばなな	魚介類・いも類
27	木	おれんじ うえはーす	さばとやさいのさつまあげ やさしいため りんご	さつまいもの もちもちぼーる	さとう かたくりこ あぶら	さばミンチ とりミンチ みそ すきむみるく 卵 パーこん	たまねぎ にんじん ごぼう れんこん しょうが きゃべつ あすばらがす すなっつえんどう りんご	大豆製品・葉もの
28	金	ばなな ぶちぜりー	はるやさいかれー こまつなサラダ おれんじ	しょこらさんらいず	じゃがいも あぶら まよねーず	ぎゅうにく なまくりーむ つな	にんじん たまねぎ きゃべつ にんにく こまつな こーん おれんじ	たまご・淡色やさしい

