

2023年4月 献立表(1日～15日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
1	土	家庭保育 保育を希望される方は おかず入りのお弁当を ご持参ください。			
2	日	 			
3	月	わかめごはん ハンバーグ ほうれん草ソテー ベイクドじゃが スープ 	いちご	シュガーバター トースト 牛乳	●米、わかめふりかけ●豚ミンチ、玉ねぎ、人参 木綿豆腐、パン粉、スキムミルク ●ほうれん草、しめじ、コーン、バター ●じゃがいも、粉パセリ●キャベツ、人参、アスパラガス ●いちご ◆食パン、バター
4	火	ごはん 魚竜田揚げ 小松菜のり和え こんにゃく土佐煮 味噌汁	オレンジ	にんじんクラッカー 牛乳	●米●赤魚、しょうが、小麦粉●小松菜、人参、刻みのり ●板こんにゃく、かつお節●木綿豆腐、油揚げ、ねぎ ●オレンジ ◆小麦粉、人参、粉チーズ、青のり、スキムミルク
5	水	ごはん 春キャベツポトフ マカロニサラダ かぼちゃオーブン焼き	バナナ	ゆかりしらすおにぎり お茶	●米●キャベツ、ウインナー、玉ねぎ、じゃがいも、人参 アスパラガス●マカロニ、きゅうり、ツナ ●かぼちゃ●バナナ ◆米、ゆかりふりかけ、しらす干し 
6	木	ごはん 魚味噌焼き ほうれん草ごま和え 金時豆煮物 すまし汁	りんご	ココアマフィン 牛乳	●米●鮭、しょうが●ほうれん草、もやし、人参、ごま ●金時豆●かぶ、玉ねぎ、わかめ●りんご ◆ホットケーキミックス、バター、ココア、スキムミルク
7	金	ごはん タンダーチキン チンゲン菜おかか和え ちくわ甘草炒め 味噌汁	いちご	プリン せんべい お茶	●米●鶏肉、しょうが、にんにく、ヨーグルト、カレー粉 ●チンゲン菜、人参、かつお節●ちくわ ●じゃがいも、油揚げ、ねぎ●いちご ◆寒天パパ、スキムミルク◆星たべよ 
8	土	豚丼 味噌汁	オレンジ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚肉、玉ねぎ、人参、しょうが、ねぎ ●木綿豆腐、キャベツ、わかめ●オレンジ
9	日	 			
10	月	ごはん 魚蒲焼き 切干大根サラダ 厚揚げ煮物 味噌汁	りんご 	ブラウニー 牛乳	●米●さくら、しょうが ●切干大根、きゅうり、ツナ、ごま●厚揚げ ●キャベツ、えのきたけ、ねぎ●りんご ◆ホットケーキミックス、バナナ、ココア、バター スキムミルク
11	火	カレーライス 白菜ごま和え ブロッコリーサラダ 	バナナ	チーズトースト 牛乳	●米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、カレーパウ スキムミルク●白菜、きゅうり、ごま ●ブロッコリー、人参●バナナ ◆食パン、チーズ
12	水	ゆかりごはん 魚ムニエル ほうれん草白和え チーズ スープ	オレンジ	ごまクッキー 牛乳	●米、ゆかりふりかけ●鮭、小麦粉、バター ●ほうれん草、人参、糸こんにゃく、木綿豆腐、ごま ●チーズ ●玉ねぎ、もやし、ねぎ●オレンジ ◆小麦粉、ごま、スキムミルク、バター 
13	木	ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜コーン和え ちくわ磯辺焼き	いちご	おかかおにぎり お茶	●米●木綿豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ねぎ しょうが、にんにく●チンゲン菜、もやし、コーン ●ちくわ、青のり●いちご ◆米、かつお節、ごま 
14	金	ごはん 魚フライ キャベツ塩昆布和え かぼちゃサラダ 味噌汁	オレンジ	サンドイッチ 牛乳	●米●カラスカレイ、小麦粉、パン粉 ●キャベツ、人参、塩昆布 ●かぼちゃ、きゅうり、コーン●木綿豆腐、わかめ ●オレンジ ◆食パン、いちごジャム、ブルーベリージャム
15	土	きつねうどん ウインナーソテー	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●ゆでうどん、油揚げ、赤板かまぼこ、ねぎ ●ウインナー、キャベツ、玉ねぎ、人参 ●バナナ

2023年 4月 献立表(16日～30日) 社会福祉法人豊友会

日	曜	昼食	果物	おやつ	原材料名(調味料省略)
16	日				
17	月	ごはん 春キャベツクリームシチュー もやしごま酢和え マカロニナポリタン	いちご	スティックケーキ 牛乳	●米●キャベツ、鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 アスパラガス、クリームシチュールー、スキムミルク ●もやし、きゅうり、人参、ごま ●マカロニ、玉ねぎ、ピーマン●いちご ◆ホットケーキミックス、バター、スキムミルク マーマレードジャム
18	火	ごま塩ごはん 魚マヨネーズ焼き ひじき和風和え かぼちゃ煮物 すまし汁	オレンジ	鶏そぼろおにぎり お茶	●米、ごま塩●カラスカレイ、玉ねぎ、人参 ●ひじき、小松菜、人参、コーン、刻みのり、かつお節 ●かぼちゃ●木綿豆腐、油揚げ、ねぎ●オレンジ ◆米、鶏ミンチ、人参、青のり
19	水	ごはん 鶏唐揚げ ほうれん草和え物 こんにゃく甘辛煮 味噌汁	りんご	麩ラスク せんべい 牛乳	●米●鶏肉、しょうが、にんにく、小麦粉 ●ほうれん草、人参●板こんにゃく ●厚揚げ、玉ねぎ、わかめ●りんご ◆おつゆ麩、バター◆ぱりんこ
20	木	ごはん 魚塩焼き チンゲン菜かまぼこ和え チャブチェ 味噌汁	バナナ	カレーマフィン 牛乳	●米●鮭●チンゲン菜、赤板かまぼこ ●春雨、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、ごま ●なめこ、木綿豆腐、わかめ●バナナ ◆ホットケーキミックス、カレー粉、玉ねぎ、人参、ツナ 粉パセリ、スキムミルク
21	金	ごはん 肉団子スープ じゃがマヨおかか ブロッコリーごま和え	いちご	コーンフレーク 牛乳	●米 ●豚ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参、しょうが、ねぎ ●じゃがいも、かつお節●ブロッコリー、人参、ごま ●いちご ◆コーンフレーク
22	土	三色丼 味噌汁	バナナ	お楽しみおやつ 牛乳	●米、豚ミンチ、しょうが、ほうれん草、人参、コーン ●キャベツ、玉ねぎ、わかめ ●バナナ
23	日				
24	月	青菜ごはん 鶏照り焼き キャベツツナ和え 高野豆腐煮物 味噌汁	オレンジ	フルーツヨーグルト お茶	●米、青菜ふりかけ●鶏肉、しょうが ●キャベツ、人参、ツナ ●高野豆腐●しめじ、玉ねぎ、ねぎ●オレンジ ◆ヨーグルト、スキムミルク、フルーツソース
25	火	ごはん 魚ちゃんちゃん焼き ほうれん草ナムル ちくわしょうゆマヨ炒め スープ	りんご	バタークッキー 牛乳	●米●鮭、キャベツ、玉ねぎ、人参 ●ほうれん草、もやし、人参、ごま●ちくわ ●木綿豆腐、えのきたけ、わかめ●りんご ◆小麦粉、バター、スキムミルク
26	水	鮭わかめごはん 鶏コーンフレーク焼き ポテトサラダ ブロッコリー和え物 スープ ひとくちゼリー	 お誕生会		●米、鮭フレーク、わかめふりかけ ●鶏肉、コーンフレーク ●じゃがいも、きゅうり、ツナ●ブロッコリー ●玉ねぎ、人参、アスパラガス●ひとくちゼリー ◆カステラ、いちご、ホイップクリーム
27	木	ごはん さつま揚げ 白菜甘酢和え ゆでウインナー 味噌汁	バナナ	のりじゃこトースト 牛乳	●米●白身魚すり身、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが スキムミルク●白菜、きゅうり、人参●ウインナー ●大根、油揚げ、わかめ●バナナ ◆食パン、しらす干し、青のり
28	金	ごはん 肉じゃが ごまツナサラダ 春雨中華和え	りんご	たけのこおにぎり お茶	●米●豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらたき スナッペンどう●小松菜、人参、ツナ ●春雨、きゅうり、もやし、ごま●りんご ◆米、たけのこ、油揚げ、人参
29	土	昭和の日			
30	日				

※仕入の都合・行事等により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※初めて食べる食材がある場合、園にお知らせください。