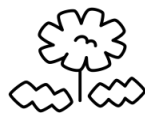
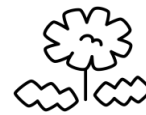


2018年 4 月



献立表



アメリカ山徳育こども園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	補食
2	月	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 バナナ	フライドポテト 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 大豆 みそ 油揚げ 牛乳	米 パン粉 砂糖 油 じゃがいも	玉ねぎ ひじき 人参 長ねぎ バナナ	パン お茶
3	火	ビスケット お茶	ごはん 卵スープ 鮭のマヨキャロット焼き もやしの中華和え オレンジ	きなこドーナツ 牛乳	鮭 ハム 卵 かにかま ごま きなこ 牛乳 スキムミルク	米 マヨネーズ 砂糖 片栗粉 ごま油 油 グラニュー糖 ホットケーキミックス	人参 もやし わかめ オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
4	水	煎餅 お茶	ロールパン クリームシチュー ほうれん草の磯和え キャンディーチーズ	和風ツナおにぎり お茶	鶏肉 竹輪 チーズ みそ ツナ 牛乳	ロールパン じゃがいも 油 砂糖 米 ごま油	玉ねぎ 人参 コーン ほうれん草 佃煮 万能ねぎ	パン お茶
5	木	ビスケット お茶	豚みそ丼 キャベツとチーズのサラダ 澄まし汁 バナナ	ゼリー せんべい 牛乳	豚肉 みそ チーズ 牛乳	米 砂糖 マヨネーズ せんべい	玉ねぎ しめじ 人参 コーン キャベツ 大根 長ねぎ バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
6	金	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 白身魚のチーズ焼き 切り干し大根の煮物 いちご	卵サンド 牛乳	ホキ チーズ 油揚げ みそ 卵 牛乳	米 砂糖 油 食パン マヨネーズ	えのき 人参 切り干し大根 かぼちゃ わかめ いちご	おむすび (ふりかけ) お茶
7	土	お茶	きつねうどん 小松菜のツナコーン炒め バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	油揚げ かまぼこ ツナ 牛乳	うどん せんべい	人参 わかめ 長ねぎ 小松菜 コーン バナナ	
9	月	ビスケット お茶	チキンカレー 春雨サラダ オレンジ	ホットケーキ 牛乳	鶏肉 ハム 牛乳	米 じゃがいも 春雨 油 マヨネーズ ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ きゅうり オレンジ	パン お茶
10	火	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 鶏の照り焼き きゅうりの酢の物 バナナ	塩焼きそば 牛乳	鶏肉 しらす 木綿豆腐 みそ 牛乳	米 砂糖 中華麺 油	きゅうり わかめ なめこ バナナ 人参 ピーマン キャベツ 玉ねぎ	おむすび (ふりかけ) お茶
11	水	ビスケット お茶	茄子のミートスパゲッティ 大根と枝豆のサラダ コンソメスープ オレンジ	五平餅 お茶	豚ひき肉 ツナ みそ ごま	スパゲッティ 油 小麦粉 砂糖 米	なす しめじ 人参 玉ねぎ 大根 枝豆 キャベツ コーン オレンジ	パン お茶
12	木	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 かじきの竜田揚げ ブロッコリーのおかかマヨ和え 0・1才:いちご/2才~ミニゼリー	ヨーグルト蒸しパン 牛乳 <small>(26) 0・1才:ホットケーキ 2才~:莓ミルクヨーバフェ</small>	かじき みそ (12) ヨーグルト 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ さつまいも ホットケーキミックス (26) パイシート アイス	にんにく しょうが ブロッコリー 人参 玉ねぎ いちご (12) みかん	おむすび (ふりかけ) お茶
13	金	ビスケット お茶	ごはん 肉じゃが 豆腐スープ バナナ	フレンチトースト 牛乳	豚肉 木綿豆腐 卵 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 油 食パン 無塩バター	玉ねぎ 人参 さやいんげん えのき 白菜 バナナ	おむすび (ふりかけ) お茶
14	土	お茶	ごはん なすと豚肉のみそ炒め 澄まし汁 オレンジ	せんべい ビスケット 牛乳	豚肉 みそ 牛乳	米 砂糖 油 おふ せんべい	なす 玉ねぎ ピーマン 人参 もやし しめじ わかめ オレンジ	

☆献立は仕入れの都合上変更することがありますがご了承くださいませようお願いします。

<ヨーグルト蒸しパン> 4人分

・作り方

ホットケーキミックス 80g
牛乳 40g
プレーンヨーグルト 40g ①
砂糖 8g
みかん缶 40g

- ①の材料をすべて混ぜ合わせる。
- 混ぜた生地のみかん缶を入れ、軽く混ぜる。
- 蒸し器で15分程蒸したら完成!