



# 4 がつ こんだてよていひょう

平成 31 年 4 月 4 日  
社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

12 日 (金) は、完全給食の日。  
(3~5 歳児さんは、ご飯がいきりません。)

\*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			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	木	おかし ぶどうじゅーす	とりにくのわふうあげ いちご はるいろサラダ ゆでぶろっこりー	あーもんどさぶれ	かたくりこ あぶら さとう まよねーず	とりにく はむ たまご	きゃべつ にんじん こまつな ぶろっこりー いちご	海藻類・いも類
5	金	うえはーす りんご	さわらのこうみやき はるやさいもみ さつまいものあま煮 せとみ	おいわいけーき	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	にんにく きゃべつ すなつぶんどう にんじん せとみ	大豆製品・ごま類
6	土	ぎゅうにゅう	ぎゅうどん あまぎゃべつ ばなな	おかし	あぶら さとう	ぎゅうにく かにかま	たまねぎ にんじん こねぎ きゃべつ もやし ばなな	乳製品・葉もの
8	月	ばうむくーへん おれんじ	にくじゃが いちご ほうれんそうともやしのいそべあえ	ふる一つぼんち	いとこんにやく あぶら さとう	ぎゅうにく かまぼこ のり	にんじん たまねぎ さやいんげん ほうれんそう もやし いちご	たまご・淡色やさい
9	火	おかし みるくここあ	ぶたにくのかりんやき ごもくひじき おれんじ	あめりかんどつく	かたくりこ さとう あぶら	ぶたにく ひじき だいず あぶらあげ	にんじん しょうが こねぎ さやいんげん おれんじ	乳製品・いも類
10	水	みるき-と-すと おれんじじゅ-す	まーぼ-どうふ ちっぶすサラダ ばなな	おかかちーず おいるおにぎり	ごまあぶら さとう かたくりこ まよねーず	もめんどうふ ぶたミンチ むきえび	ねぎ さやいんげん 玉ねぎ ほし椎茸 大根 生姜 にんにく 人参 胡瓜 れーずん ばなな	海藻類・ごま類
11	木	2色くらっかー のむよーぐると	ちきんとあすばらのおむれつ やきびーふん せとみ	あんぱん	あぶら びーふん ごまあぶら	とりももにく ぎゅうにゅう 卵 こなちーず ぶたにく	あすばらがす たまねぎ あかびーまん にんじん びーまん せとみ	魚介類・淡色やさい
12	金	おかし・ばなな	<b>たけのこごはん</b> しろみさかなのごまあげ うどのすのもの いちご	たこやき	<b>こめ</b> こむぎこ しろごま 片栗粉 黒ごま 油 さとう	あぶらあげ さわら たまご	たけのこ にんじん うど きゅうり きゃべつ りんご いちご	肉類・いも類
13	土	ぎゅうにゅう	ごもくやきそば つなごまきゅうり ばなな	おかし	ちゅうかめん あぶら しろごま ごまあぶら	ぶたにく つな	にんじん たまねぎ きゃべつ びーまん たけのこ きゅうり ばなな	大豆製品・葉もの
15	月	すなっくぱん はちみつりんご	えびまかろにぐらたん かぼちゃとれんこんのサラダ せとみ	おふのからめらすく おれんじ	あぶら ばたー こむぎこ おりーぶおいる まよねーず	えび ぎゅうにゅう ちーず ペーこん	たまねぎ まっしゅるーむ ばせり かぼちゃ れんこん にんにく せとみ	海藻類・ごま類
16	火	ぶちぜりー いちご	こうやどうふのやさいあん ばなな はるきゃべつとたけのこのおひたし	新じゃがちっぶす	さとう かたくりこ	こうやどうふ がんもどき かにかま かつおぶし	ごぼう にんじん さやえんどう きゃべつ たけのこ ばなな	乳製品・葉もの
17	水	うえはーす ばなな	はるやさいかれー もやしのなむる おれんじ	みろふれんち とーすと	じゃがいも あぶら さとう しろごま ごまあぶら	とりにく なまくりーむ はむ	にんじん たまねぎ きゃべつ にんにく もやし きゅうり おれんじ	海藻類・緑黄色野菜
18	木	おれんじ・りんご	さけのむにえるたるたるそーす れたすのようふうむし いちご	わらびもち	こむぎこ あぶら ばたー まよねーず	さけ こなちーず たまご ペーこん	たまねぎ にんじん れたす こーん にんにく いちご	大豆製品・やさい
19	金	おかし ばななじゅーす	はるやさいころつけ せとみ つなとみどりやさいのいためもの	はるの 2しょくらっかー	じゃがいも こむぎこ ばんこ ばたー あぶら	ペーこん たまご つな	きゃべつ たまねぎ ぶろっこりー あかびーまん あすばらがす たまねぎ せとみ	魚介類・淡色やさい
20	土	ぎゅうにゅう	わふうやきうどん あーもんどあえ りんご	おかし	うどん あぶら ばたー あーもんどぶーどる さとう	ぶたにく	にんじん たまねぎ びーまん きゃべつ きゅうり もやし りんご	たまご・かんきつ類
22	月	おたのしみランチ			♪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、ご飯がいきります♪			
23	火	ほいろういんなー	さばのたつたあげ ごもくみしる きゅうりのすのもの おれんじ	しゅがーぱい	さとう かたくりこ あぶら	さば かにかま とりにく もめんどうふ みそ	しょうが きゅうり えのきたけ にんじん ごぼう かぼちゃ こねぎ おれんじ	乳製品・いも類
24	水		<b>はるのえんそく</b>	ちょこちっぶ くりーむぱん	♪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・・・♪			
25	木	ばうむくーへん おれんじ	なまあげのたまごとじ きゃべつのうめがつあえ りんご	ゆうやけおにぎり	あぶら さとう	なまあげ たまご かつおぶし	ごぼう にんじん たまねぎ ほうれんそう きゃべつ ねりうめ りんご	肉類・ごま・ナッツ
26	金	おかし かるびすみらく	じゃことやさいのかきあげ きりぼしだいこんのもの ばなな	はるきゃべつの まふいん	さつまいも てんぷらこ あぶら さとう ごまあぶら	しらすぼし ペーこん	たまねぎ にんじん なましいたけ さやいんげん きりぼしだいこん さやえんどう ばなな	海藻類・葉もの
27	土	ぎゅうにゅう	つなすばげってい はむサラダ おれんじ	おかし	すばげってい まよねーず おりーぶおいる	つな こなちーず はむ	たまねぎ にんじん びーまん まっしゅるーむ ほーるとまと にんにく もやし 胡瓜 おれんじ	たまご・いも類