



平成29年4月

幼児食 予定献立表



きりん保育園

日曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (カや熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
3月	ハヤシライス 胡瓜の和え物 絹ごしわかめのすまし汁 オレンジ	フルーツヨーグルト 動物ビスケット	米 動物ビスケット	豚肉 スキムミルク ツナ缶 絹ごし豆腐 わかめ プレーンヨーグルト	にんにく 玉葱 人参 セロリー しめじ トマト缶 胡瓜 コーン缶 オレンジ パナナ みかん缶	入園・進級おめでとう ございます。 今年一年楽しい 給食時間を過ごせる様に 頑張ります。
4火	雑穀御飯 チキンの照煮 野菜イリチー 大根のみそ汁 ぶどう	バナナケーキ 豆乳	米 もちきび 押麦	鶏もも肉 豚肉 卵 プレーンヨーグルト 調製豆乳	生姜 にんにく 大根 キャベツ 人参 パナナ ピーマン 黄ピーマン 生しいたけ ねぎ ぶどう	献立表を見て、夕食と 重ならない様に しましょう。 今日の夕食は魚料理で お願いします
5水	沖縄そば にがな白和え グレープフルーツ	のりおにぎり 麦茶	ゆで沖縄そば マヨネーズ 白ごま 米	豚三枚肉 かまぼこ 沖縄豆腐 ツナ缶 のり佃煮 味付けのり	玉葱 人参 ねぎ ニガナ グレープフルーツ	おそばのメニューの日は、 緑の仲間が不足しがち、 夕食は野菜料理でお願いします
6木	とうもろこし御飯 魚のマヨ焼き 春野菜のソテー 具だくさん汁 いちご	そうめんいりちやー ミルク	米 もちきび マヨネーズ じゃが芋 そうめん	白身魚 豚バラ肉 豚肉 ツナ缶 ミルク	ホールコーン缶 玉葱 赤ピーマン パセリ ブロッコリー ごぼう アスパラガス 黄ピーマン 人参 いちご には	春はトウモロコシの 美味しい季節です！ 今日は御飯と一緒に 炊き込んでます。
7金	雑穀御飯 マーボー豆腐 甘酢野菜 卵と野菜のスープ ブルー	スイートコーン バナナ 野菜ジュース	米 もちきび 押麦	豚挽き肉 沖縄豆腐 卵 鶏むね肉	にんにく 玉葱 乾しいたけ コーン缶 グリーンピース冷 セロリー 大根 人参 黄ピーマン ねぎ ブルー コーン バナナ	県産とうもろこしの 美味しい季節です 皮むきのお手伝いも いいですね！
8土	雑穀御飯 味付けのり 豚肉と野菜のみそ炒め 豆乳 オレンジ	バームクーヘン ミルク	米 もちきび 押麦 バームクーヘン	味付けのり 豚肉 厚揚げ豆腐 調製豆乳 ミルク	にんにく キャベツ 玉葱 にんにん しめじ オレンジ	お肉も野菜も豆腐も きのこも入った 栄養満点の丼です。 丼にすると子供達も 食べやすいですね！
10月	煮込みうどん フルーツもずく 焼き芋	キャロットライス 豆乳	うどん さつま芋 米	鶏もも肉 なんと 油揚げ わかめ おきなもずく ツナ缶 調製豆乳	乾しいたけ 白菜 人参 レモン みかん缶 パイン缶 冷) ムキ枝豆	もずく酢にフルーツ 缶を混ぜて食べやすく しました。
11火	雑穀ごはん 煮魚 パパイヤちゃんぶるー 小松菜と卵の味噌汁 オレンジ	ひらやーちー 豆乳	米 雑穀ミックス	赤魚 沖縄豆腐 ベーコン 卵 ツナ缶 調製豆乳	生姜 青パパイア 人参 には 小松菜 オレンジ	青パパイアを使った パパイヤちゃんぶるー。 他府県では食さない って知ってますか？ 美味しいのにね～♪
12水	チキンカレー 甘酢大根 わかめスープ パイン缶	きなこクッキー チーズ ミルク	米 じゃが芋 白ごま	鶏むね肉 鶏もも肉 スキムミルク わかめ 卵 きなこ プロセスチーズ ミルク	にんにく 生姜 人参 玉葱 りんご グリーンピース 大根 乾しいたけ ねぎ パイン缶	今日は子供たちが 好きなカレーです。 今回はチキン！
13木	グリーンピース御飯 揚げ魚ケチャップ煮 ひじき炒め 絹豆腐の味噌汁 ぶどう	芋団子ぜんざい ウエハース	米 もちきび 押麦 じゃが芋 白玉粉 黒糖 カルシウムウエハース	白身魚 ひじき 豚肉 絹ごし豆腐 金時豆	グリーンピース 玉葱 にんにく しめじ パセリ 人参 には 大根 ねぎ ぶどう	グリーンピースの 旬は春！この時期 には生が出回ります。 丸くふくらっていて いい香りがしますよ。
14金	肉そば 胡瓜とみかんの和え物 グレープフルーツ	ふりかけおにぎり 豆乳	ゆで沖縄そば 米	豚肉 かまぼこ わかめ 味付けのり 調製豆乳	人参 玉葱 ねぎ 胡瓜 みかん缶 グレープフルーツ	おそばのメニューの日は 緑の仲間が不足しがち、 夕食は野菜を多く 食べましょう！
15土	雑穀御飯 ホワイトシチュー 豆乳 バナナ	パン ミルク	米 もちきび 押麦 じゃが芋 パン	鶏もも肉 スキムミルク 調製豆乳 ミルク	玉葱 人参 白菜 クリームコーン缶 しめじ パナナ	好きなシチュー に苦手な野菜を 混ぜてみましょう。 克服出来るかも！

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





平成29年4月

幼児食 予定献立表



きりん保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (カや熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
17	月	もずく丼 ぎゃべつとささみのマヨ和え 南瓜の味噌汁 フルーツゼリー	シリアルミルク バナナ	米 マヨネーズ ゼリー コーンフレーク グラノーラ	おきなわもずく 豚挽き肉 卵 ささみ ミルク	ピーマン 赤ピーマン キャベツ 人参 コーン缶 南瓜 しめじ バナナ	保育園ならではの もずく丼。 新しい?もずくの 食べ方です。
18	火	雑穀ごはん 味付けのり 肉じゃが 野菜の納豆和え 大根の味噌汁 ぶどう	ブラマンジェ 胚芽クラッカー	米 雑穀ミックス じゃが芋 コーンスターチ 胚芽クラッカー	味付けのり 豚肉 挽きわり納豆 ミルク	生姜 玉葱 人参 糸こんにゃく みかん缶 グリーンピース冷 キャベツ 小松菜 大根 えのき ねぎ ぶどう	大量で調理する 肉じゃがは最高! モリモリ食べてね。
19	水	春のたけのご御飯 赤魚のムニエル ぎゃべつとワカメの和え物 アーサ汁 グレープフルーツ	サーターアンダギー 豆乳	米 もち米 黒糖	鶏もも肉 油揚げ 赤魚 わかめ 豆腐 しらす干し あおさ 卵 調製豆乳	たけのご水蒸し 人参 みつば パセリ キャベツ グレープフルーツ	春はたけのご・・・ 炊き込みご飯にして 食べやすく!
20	木	お弁当会	スティックパン ミルク	パン	ミルク		今日のお弁当は 何が入っているかな? 楽しみですね!
21	金	雑穀ごはん 魚のニラ天ぷら ぎゃべつとウインナー炒め 若竹味噌汁 オレンジ	ココアスコーン ミルク	米 雑穀ミックス ホットケーキミックス	白身魚 卵 ウインナー わかめ ミルク	にら キャベツ 人参 ピーマン 若細竹水煮 オレンジ	季節のメニュー 若竹汁。春の たけのごこと若い わかめの組み合わせ。
22	土	親子丼 バナナ 豆乳	玄米棒 チーズ 豆乳	米 はちや米	きざみのり 鶏もも肉 卵 調製豆乳 プロセスチーズ	玉葱 人参 乾しいたけ ねぎ 生姜 バナナ	チーズはカルシウムが 豊富です、でも食べ過ぎ に注意 塩分も脂肪分も 多い食品です。
24	月	雑穀御飯 ツナと豆腐のナゲット風 ブロッコリーソース ソーメン汁 ブルーネ	人参ホットケーキ ミルク	米 もちきび 押麦 そうめん ホットケーキミックス はちみつ	沖縄豆腐 ツナ缶 卵 豚バラ肉 ミルク	人参 いんげん ブルーネ ブロッコリー 赤ピーマン コーン缶 貝割れ大根	豆腐のナゲットは お弁当のおかずにも goodです。
25	火	雑穀御飯 魚のトマトソースかけ タマナーちゃんぷるー わかめと玉葱の味噌汁 バナナ	南瓜天ぷら 豆乳	米 もちきび 押麦	白身魚 沖縄豆腐 豚肉 わかめ 卵 調製豆乳	にんにく トマト缶 玉葱 キャベツ 人参 バナナ 南瓜	淡泊な白身魚はソースを かけて、味の変化を 楽しめます。
26	水	ポークカレー 甘酢セロリー しいたけの卵スープ オレンジ	フルーツゼリー クラッカー	米 押麦 もちきび じゃが芋 ゼリー ノンソルトクラッカー	豚肉 スキムミルク 卵	にんにく 玉葱 人参 ブロッコリー コーン缶 りんご セロリー 乾しいたけ オレンジ	最初は苦手な 甘酢セロリ、苦手な子は まず一口!きつと 食べられるようになります
27	木	雑穀御飯 鮭のムニエル 千切りイリチー 厚揚げと青菜の味噌汁 グレープフルーツ	お誕生ケーキ ミルク	米 もちきび 押麦 黒糖	鮭 刻み昆布 豚肉 厚揚げ豆腐 ミルク	パセリ 切干し大根 人参 にら 小松菜 グレープフルーツ	沖縄料理の 千切りイリチー 子供たちも大好きです。
28	金	スパゲティーミートソース 大根サラダ 南瓜コーンスープ バナナ	みそおにぎり 豆乳	スパゲッティ ごまドレッシング 米	牛挽き肉 豚挽き肉 チーズ スキムミルク ツナ缶 味付けのり 調製豆乳	にんにく 玉葱 バナナ セロリー 人参 ピーマン トマト缶 大根 胡瓜 南瓜 クリームコーン缶 パセリ	保育園の給食は なるべく、色々な 食材を出して味覚を 育てています!

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

