2号認定
保護者各位

４ 月 の こ ん だ て

第3－15号
令和5年4月1日（土）
学校法人小檜山学園
認 定 こ ど も 園
三 沢 第 一 幼 稚 園
園 長　 馬場 美奈子

日	曜日	献 立 名	主 な 材 料
1	土	鶏肉の甘辛煮 ・ チーズ炒り卵 菜の花の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	鶏肉/チーズ、卵、グリンピース/ 菜の花、人参、油揚げ、みそ、煮干/ぶどう
2	日	休　　園	
③	月	五目ラーメン ・ 大根サラダ フルーツ ・ 麦茶	中華麺、豚肉、チンゲン菜、玉葱、人参、コーン/ 大根、胡瓜、お魚ソーセージ、チーズ、マヨネーズ/オレンジ
4	火	鶏肉と高野豆腐の含め煮 ・ ほうれん草の胡麻和え 卵の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、高野豆腐、人参、椎茸/ほうれん草、胡麻/ 卵、水菜、みそ、煮干/パイナップル
5	水	焼き餃子 ・ スナップエンドウのツナ炒め ・ トマト 花麩の味噌汁 ・ フルーツ ・ 牛乳	餃子/スナップエンドウ、玉葱、人参、ツナ/トマト/ 花麩、えのき茸、小葱、みそ、煮干/いちご/牛乳
6	木	ほっけの塩焼き ・ もやしとわかめの和え物 小松菜の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	ホッケ/もやし、人参、わかめ、卵、かつお節/ 小松菜、豆腐、みそ、煮干/りんご
7	金	麻婆茄子 ・ のりじゃが 白菜の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	豚挽肉、茄子、玉葱、人参、筍、ピーマン/じゃが芋、青のり/ 白菜、舞茸、みそ、煮干/グレープフルーツ
8	土	ハヤシライス ・ えびとアスパラの白和え フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、玉葱、マッシュルーム、ハヤシルウ/ えび、アスパラ、人参、しめじ、豆腐/バナナ
9	日	休　　園	
⑩	月	メンチカツサンド ・ 南瓜マッシュ ・ トマト 春野菜スープ ・ フルーツ ・ 牛乳	パン、マーガリン、メンチカツ、ソース、レタス/南瓜/トマト/ キャベツ、玉葱、人参/牛乳
11	火	ウインナーと卵のソテー ・ 鮭フレーク 豚汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	ウインナー、卵/鮭フレーク/豚肉、ごぼう、玉葱、人参、椎茸 糸こん、厚揚げ、みそ/キウイフルーツ
12	水	里芋とちくわの煮物 ・ きゅうりもみ わかめの味噌汁 ・ フルーツ ・ ヤクルト	里芋、人参、ちくわ、しめじ、いんげん/胡瓜/ わかめ、大根、みそ、煮干/ヤクルト
13	木	鶏肉のケチャップ煮 ・ ブロッコリーのおかか和え にらの味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、ケチャップ/ブロッコリー、白菜、人参、かつお節/ にら、なめこ、みそ、煮干
14	金	コーンシチュー ・ 豆腐とひじきのサラダ フルーツ ・ 麦茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、コーン、アスパラ、シチュールウ、牛乳/ 豆腐、ひじき、水菜、人参、かにかまぼこ、胡麻
15	土	めだまやき ・ カラフルソテー ほうれん草の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	卵/ベーコン、ピーマン、玉葱、人参/ ほうれん草、麩、みそ、煮干
16	日	休　　園	
⑰	月	菜の花うどん ・ 鶏ささみと春キャベツのゆかり和え ヨーグルト ・ 麦茶	うどん、菜の花、卵、かまぼこ/ 鶏ささみ、キャベツ、かぶ、ゆかりふりかけ/ヨーグルト
18	火	麻婆豆腐 ・ 茹でさつま芋 春雨スープ ・ フルーツ ・ 麦茶	豆腐、豚挽肉、玉葱、人参、椎茸、麻婆の素/さつま芋/ 春雨、長葱、パプリカ、きくらげ
19	水	鱈の野菜あんかけ ・ 三色納豆 茄子の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	タラ、片栗粉、もやし、ピーマン、人参、しめじ/ 納豆、ハム、ほうれん草、チーズ/茄子、白菜、みそ、煮干
20	木	いんげんの肉巻き ・ ポテトサラダ 新玉葱の味噌汁 ・ フルーツ ・ 牛乳	kon
21	金	炒り鶏 ・ レタスとしらすの酢の物 小葱の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、ごぼう、人参、れんこん、筍、舞茸、こんにゃく、小松菜/ レタス、しらす、わかめ/小葱、えのき茸、みそ、煮干
22	土	ウインナーソテー ・ 山菜卵の花煮 大根の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	ウインナー、チンゲン菜/卵の花、山菜水煮、人参/ 大根、みそ、煮干
23	日	休　　園	
㉔	月	サンドイッチ ・ スクランブルエッグ 水菜スープ ・ フルーツ ・ 牛乳	食パン、マーガリン、ハム、ジャム/ミックスベジタブル、卵/ 水菜、人参/牛乳
25	火	揚げ春巻 ・ にんじんしりしり ・ ブロッコリーサラダ わかめの味噌汁 ・ フルーツヨーグルト ・ 麦茶	春巻、ケチャップ/人参、ツナ、卵、胡麻/ブロッコリー、トマト、ドレッシング/ わかめ、豆腐、みそ、煮干/もも缶、みかん缶、バナナ、いちご、ヨーグルト
26	水	誕生会･･･ゼリーがつきます 手作り弁当の日（麦茶が出ます）	
27	木	焼き鮭 ・ 白菜のベーコン炒め 里芋の味噌汁 ・ フルーツ ・ 麦茶	サケ/ベーコン、白菜、にら、人参、えりんぎ/ 里芋、ほうれん草、みそ、煮干
28	金	チキンカレー ・ 小松菜の磯辺和え フルーツ ・ 麦茶	鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレールウ、牛乳、福神漬/ 小松菜、もやし、人参、海苔
29	土	休　　園（昭和の日）	
30	日	休　　園	

※　〇がついている日は、ご飯はいりません。食物アレルギーをもつお子様には、代替食を提供します。