

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	おかゆ 煮魚 かぼちゃ煮 ほうれん草煮 みそ汁 水	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	日本かぼちゃ／ほうれんそう／にんじん／玉葱
2	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 煮きゅうり トマト煮 みそ汁 木	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉	にんじん／はくさい／きゅうり／トマト／玉葱
3	おかゆ 肉団子煮 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ 金	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／にんじん／
4	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ ほうれん草煮 かぼちゃ煮 味噌汁 土	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉	にんじん／玉葱／ほうれんそう／日本かぼちゃ
6	おかゆ キャベツとしらす煮 ほうれん草煮 じゃが芋煮 清汁 月	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／三温糖1kg	調製粉乳／しらす干し(微乾燥品)／木綿豆腐	キャベツ／にんじん／ほうれんそう／玉葱
7	おかゆ 肉団子煮 キャベツ煮 トマト煮 スープ 火	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／トマト／にんじん
8	おかゆ 煮魚 人参煮 じゃが芋煮 スープ 水 パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 大根煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／食パン(市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／鶏若鶏肉ひき肉	にんじん／キャベツ／玉葱／日本かぼちゃ／だいこん
9	おかゆ ツナと人参煮 ブロッコリー煮 さつま芋煮 スープ 木 やわらかチャーハン キャベツ煮 煮きゅうり	水稲穀粒(精白米)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／まぐろ缶詰(油漬フルークライト)／豚ひき肉	にんじん／ブロッコリー／キャベツ／玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／きゅうり
10	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ ほうれん草煮 トマト煮 スープ パン粥 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリー煮 スープ 金	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／食パン(市販品)／じゃがいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／はくさい／ほうれんそう／トマト／キャベツ／玉葱／ブロッコリー／青ピーマン
11	おかゆ ツナと大根煮 人参煮 かぼちゃ煮 みそ汁 土 おかゆ 煮魚 じゃがいも煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／じゃがいも	調製粉乳／まぐろ缶詰(油漬フルークライト)／まがれい	だいこん／にんじん／日本かぼちゃ／玉葱／キャベツ
13	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 大根煮 トマト煮 味噌汁 月 おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 こまつな煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／じゃがいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／はくさい／だいこん／トマト／日本かぼちゃ／玉葱／こまつな／キャベツ
14	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ 大根煮 トマト煮 みそ汁 火 おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 こまつな煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／じゃがいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／はくさい／だいこん／トマト／日本かぼちゃ／玉葱／こまつな／キャベツ
15	おかゆ 肉団子煮 かぼちゃ煮 キャベツ煮 スープ 水 3種野菜スープパスタ ほうれん草煮 かぶ煮	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／スパゲティ	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(水煮フルークライト)	玉葱／日本かぼちゃ／キャベツ／にんじん／グリーンピース／ほうれんそう／かぶ

令和2年 4月分

献立表 (後期)

西東京市立芝久保保育園

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
木	16 おかゆ 肉団子煮 かぶ煮 ほうれん草煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／食パン(市販品)	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	玉葱／かぶ／ほうれんそう／キャベツ／にんじん／だいこん／きゅうり
	パン粥 ツナと大根煮 煮きゅうりスープ			
金	17 おかゆ 魚のみそ煮 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／うどん(ゆで)	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	キャベツ／玉葱／にんじん／ほうれんそう／かぶ
	煮込みうどん 人参煮 かぶ煮			
土	18 おかゆ 煮魚 キャベツ煮 かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／食パン(市販品)	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	キャベツ／日本かぼちゃ／玉葱／にんじん／きゅうり
	パン粥 ツナと野菜煮 煮きゅうりスープ			
月	20 おかゆ 煮魚 かぶ煮 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／さつまいも	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	かぶ／日本かぼちゃ／玉葱／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほうれんそう
	やわらかチャーハン ほうれん草煮 さつま芋煮			
火	21 おかゆ 魚のみそ煮 ほうれん草煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／うどん(ゆで)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	ほうれんそう／トマト／キャベツ／玉葱／にんじん／かぶ
	煮込みうどん さつま芋煮 かぶ煮			
水	22 おかゆ 麻婆豆腐風 煮きゅうり さつま芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／さつまいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／きゅうり／日本かぼちゃ／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／かぶ
	やわらかチャーハン かぶ煮 かぼちゃ煮			
木	23 おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ キャベツ煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／はくさい／キャベツ／トマト／玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／かぶ
	やわらかチャーハン 人参煮 かぶ煮			
金	24 おかゆ 肉団子煮 トマト煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／スパゲティ	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	玉葱／トマト／ブロッコリー／キャベツ／にんじん／グリーンピース／きゅうり／だいこん
	3種野菜スープパスタ 煮きゅうり 根菜煮			
土	25 おかゆ 煮魚 キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	キャベツ／玉葱／にんじん／きゅうり
	おかゆ ツナと野菜煮 煮きゅうりスープ			
月	27 おかゆ 魚のみそ煮 煮きゅうり トマト煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	きゅうり／トマト／にんじん／こまつな／ねぎ／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほうれんそう
	やわらかチャーハン さつま芋煮 ほうれん草煮			
火	28 おかゆ 肉団子煮 キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg	調製粉乳／豚ひき肉／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	玉葱／キャベツ／トマト／日本かぼちゃ／だいこん／にんじん
	おかゆ ツナと大根煮 かぼちゃ煮スープ			
木	30 おかゆ 肉団子煮 キャベツ煮 トマト煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／パン粉(乾燥)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／トマト／にんじん／こまつな／ほうれんそう／日本かぼちゃ／かぶ
	煮込みうどん かぼちゃ煮 かぶ煮			