

令和4年



予定献立表



滝尾保育園

日	曜日	献立名	3時のおやつ
1	火	肉じゃが スパゲティサラダ もやしの味噌汁 りんご	オレンジ風味のフレンチトースト
2	水	タンドリーサーモン 煮豆 レタス 豆腐の味噌汁 パイン缶	もちもちチーズパン
3	木	ちらしずし えび天 スナックエンドウ チーズ 菜の花のすまし汁 ぽんかん	三色蒸しパン 
4	金	ピザ風卵焼き 肉と野菜の金平 大根の味噌汁 バナナ	みたらしだんご 
5	土	お好み焼き 菜飯おにぎり オニオンスープ いちご	ビスケットのジャムサンド
7	月	野菜カレー 白菜とツナの甘酢和え トマト りんご	チョコスコーン
8	火	麻婆豆腐 ししゃも かきたま汁 いちご	フルーツヨーグルト
9	水	豆乳パン 魚のフライオーロラソース 野菜の和え物 マカロニ入りコンソメスープ オレンジ	梅ひじきおにぎり
10	木	豚肉のマーマレード焼き ひじきと大豆の炒め煮 レタス入り味噌汁 バナナ	牛乳もち
11	金	お弁当日	肉まん
12	土	チキンライス 盛り合わせサラダ 豆乳スープ バナナ	ホットケーキ
14	月	魚のムニエル 切昆布の当座煮 トマトスープ りんご	ドライカレーサンド
15	火	ミートボール 卵焼き ウインナー ポテトサラダ 人参甘煮 ブロッコリー いちご	オレンジゼリー
16	水	ゆかりごはん 豆腐の五目炒め トマト キャベツの味噌汁 バナナ	青のりフライドポテト
17	木	とり天 スノーサラダ ごぼうの味噌汁 みかん	びっくりおこし
18	金	魚の煮付け 野菜炒め 南瓜の味噌汁 りんご	ぼたもち
19	土	ミニロールパン 焼きそば わかめスープ オレンジ	プリン 菓子
22	火	厚揚げのインド風炒め 春雨の酢の物 中華風コーン入りかきたまスープ みかん	焼き芋
23	水	レバーの味噌煮 焼き南瓜 きのこのすまし汁 バナナ	人参ケーキ
24	木	丸パン 鶏の唐揚げ ほうれん草サラダ コンソメスープ いちご	マカロニあべかわ
25	金	鮭の塩麴焼き ポークビーンズ 白菜の牛乳味噌汁 オレンジ	ストーンクッキー
26	土	卒園式 (メロンパン 塩パン バナナ りんごジュース)	
28	月	鶏肉のごまみそ焼き 大根とわかめの酢の物 中華スープ りんご	ナポリタン
29	火	すき焼き風煮 ゆでたまご 野菜の味噌汁 みかん	黒ゴマドーナツ
30	水	中華丼 ジャーマンポテト 青菜の味噌汁 キウイ	ツナマヨパン
31	木	コッペパン 魚の和風クリスピー ひじきのマヨサラダ 里芋の味噌汁 いちご	チョコバナナマフィン



4月の頃は、野菜をあまり食べなかった子がモリモリ野菜を食べるようになりました。子ども達の成長に驚かされます。一年間、ご協力ありがとうございました。

チョコバナナマフィン

おすすめレシピ

材料(8個分)

- 薄力粉・・・200g
- ベーキングパウダー・・・小さじ1
- たまご・・・大1個
- 砂糖・・・80g
- バター・・・60g
- 牛乳・・・60cc
- バナナ・・・2本
- チョコチップ・・・40g

作り方

- 1、バターと卵を常温に戻し、型の準備をしておく
オーブンを170℃で予熱しておく
- 2、ボウルにバターを入れ、泡だて器で白っぽくなるまで混ぜる
- 3、砂糖を加え、さらに混ぜる
- 4、溶いた卵を3回に分けて入れる。その都度よく混ぜる
- 5、バナナ1/2本は輪切りにし、残りはつぶして加える
- 6、チョコチップと薄力粉を加えて混ぜる
- 7、型に6を入れ、輪切りにしたバナナを飾る
- 8、予熱したオーブンで18分くらい焼く



ひしもちのいわれ

桃の節句はきれいなひな人形を飾って、白酒やひしもち等をお供えし、子ども達の無病息災を祈る行事です。ひしもちの色の順は、下から緑・白・桃色の三色です。緑の草餅は「春先の芽吹き」から「もえる若草」、白い餅は「清浄」、桃色の餅は「健康の祝い」をたとえているといわれています。保育園では、緑・白・桃色の蒸しパンで、桃の節句をお祝いします

