

4月献立表

幼児組

日	曜	献立名	3時おやつ	幼児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1	金	ごはん ホイコーロー バンサンスー バナナ ねぎ塩スープ	ココア蒸しパン 牛乳	571	22.1	16.5	1.3
2	土	きつねうどん 魚河岸揚げ煮 みかん缶 牛乳	クレープ ジュース	419	13.7	13.6	1.8
4	月	ごはん しらす入り卵焼 肉じゃが ゆでアスパラ きのこと青菜のみそ汁	きなこボーロ 牛乳	571	22.1	21.8	1.9
5	火	ごはん ピザハンバーグ ほうれん草とコーンのソテー マカロニサラダ 牛乳	ゼリーボンチ せんべい 麦茶	613	23.2	22.5	1.2
6	水	ごはん 八宝菜 さつまいものオレンジ煮 大根の中華和え たまごスープ	フレンチトースト 麦茶	528	19.4	13.1	1.7
7	木	ごはん 肉豆腐 きんぴらごぼう ツナサラダ にらの味噌汁	アメリカンドッグ 牛乳	566	24.1	20.3	2.2
8	金	ごはん さんまの梅煮 じゃがいものカレー煮 なめ苺和え 若竹汁 きよみオレンジ	フルーツコーンフレーク 麦茶	524	18.4	15.4	2.0
9	土	みそラーメン しゅうまい バナナ 牛乳	青りんごゼリー せんべい 麦茶	529	20.7	15.7	1.6
11	月	ごはん チキンソテー ブロッコリーソテー ポテトサラダ コンソメスープ	りんごケーキ 牛乳	551	24.5	18.3	1.8
12	火	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツソテー マッシュパンブキン トマト 牛乳	いちごゼリー せんべい カルピス	597	32.1	16.5	1.1
13	水	食パン 白身魚フライ こまつなとソーセージのソテー にんじんツナサラダ 牛乳	チキンライスおにぎり 麦茶	538	25.7	18.6	1.9
14	木	ごはん 親子煮 じゃがいもと人参のきんぴら ゆかり和え 豆腐のみそ汁 オレンジ	チーズマフィン 牛乳	532	22.4	18.5	2.2
15	金	ごはん 厚揚げの酢豚風 春巻き もやしのナムル 牛乳	キャラメルプリン コ コアウエハース 麦茶	654	21.3	27.8	1.4
16	土	鶏うどん がんものみぞれ煮 バナナ 牛乳	おかし ジュース	493	18.8	15.6	1.5
18	月	わかめごはん 春野菜オムレツ アスパラソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ	さつまいもスコーン 牛乳	568	19.2	21.5	1.9
19	火	ツナナポリタン フライドポテト 青菜とじゃこのサラダ 牛乳	鶏肉とひじきのおにぎり 麦茶	523	22.2	15.6	1.7
20	水	ごはん サバのみそ煮 切り干し大根煮 甘酢和え けんちん汁	お麩ラスクココア バナナ 牛乳	596	22.4	24.1	2.0
21	木	豆入りコーンカレー 手作りチキンナゲット 海藻サラダ 牛乳	ケーキ りんご 麦茶	606	22.4	22.0	1.8
22	金	ごはん 油淋鶏 にらもやし炒め チーズサラダ グレープフルーツ 牛乳	グレープゼリー せんべい 麦茶	538	31.3	16.3	1.2
23	土	ソース焼きそば 蒸し餃子 黄桃缶 牛乳	スティックケーキ ジュース	587	20.0	14.9	1.9
25	月	ごはん 厚揚げみぞれ煮 インド煮 こまつなのおかか和え にら玉みそ汁	メロンパンクッキー 牛乳	555	23.3	20.2	1.9
26	火	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい キャベツの中華ごま和え 牛乳	フルーチェ せんべい 麦茶	561	22.9	21.2	1.5
27	水	バターロール ウインナー コールスロー トマト クリームシチュー	五平餅 麦茶	485	17.2	18.8	2.2
28	木	ごはん メカジキのカレー竜田 高野豆腐と切干大根の煮物 スパゲティサラダ バナナ たまねぎのみそ汁	ヨーグルトコーンフ レーク 麦茶	543	18.7	14.6	1.7
30	土	豚汁うどん 厚焼き卵 みかん缶 牛乳	プリン せんべい 麦茶	457	19.4	16.4	2.2
			4月平均 (土曜日除く)	561	22.7	19.2	1.7

※ 使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。
 ※ 食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。
 ※ アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただきます。
 ※ 令和4年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：18g）幼児（エネルギー：570kcalタンパク質：20g）