

# 4月献立表

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	月	ごはん 鯖の西京焼き ミニコロッケ キャベツの塩昆布あえ オレンジ 牛乳	グレープゼリー せんべい 麦茶	551	33.2	16.7	1.3
2	火	ごはん 肉豆腐 ひじき煮 ツナサラダ きのこと青菜のみそ汁	おからガトーショコラ 牛乳	566	23	18.4	2.3
3	水	ごはん 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	ブルーチェ せんべい 麦茶	574	22.7	21.6	1.3
4	木	ソース焼きそば 春巻き 大根ときゅうりの中華和え 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	572	19.5	21.0	1.9
5	金	ごはん しらす入り卵焼 アスパラソテー チーズポテトサラダ もやしのみそ汁	セサミスコーン 牛乳	581	22.3	25.0	2.2
6	土	鶏うどん ブロッコリーサラダ バナナ 牛乳	おかし ジュース	505	17.3	15.1	1.3
8	月	ごはん チキンソテー 星ポテト ブロッコリーのごま和え ジュリアンスープ	スイートポテト 牛乳	535	21.9	14.8	1.7
9	火	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツソテー スパゲティサラダ トマト 牛乳	ゼリーポンチ せんべい 麦茶	587	20.8	20.3	1.1
10	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	536	25.7	18.6	1.7
11	木	ごはん 親子煮 切り干し大根煮 ほうれん草のおかか和え じゃがいものみそ汁	お麩ラスク バナナ 牛乳	525	22.8	16.0	2.2
12	金	ごはん 油淋鶏 さつまいもの甘煮 レンコンサラダ 中華スープ	チーズいもち 麦茶	521	18.4	17.2	1.6
13	土	しょうゆラーメン しゅうまい 黄桃缶 牛乳	バナナケーキ 麦茶	493	20.3	15.8	1.9
15	月	ごはん 青椒肉絲 かぼちゃの天ぷら もやしのナムル なら玉みそ汁	ヨーグルトコーンフ レーク 麦茶	503	20.7	12.7	2.2
16	火	ナポリタン 青菜とじゃこのサラダ グレープフルーツ 牛乳	鶏肉とひじきのおにぎ り 麦茶	503	20.8	12.7	1.9
17	水	豆入りコーンカレー 手作りチキンナゲット 水菜のサラダ 牛乳	ケーキ みかん缶 麦茶	620	23.2	22.7	1.8
18	木	ごはん サバのみそ煮 きんぴらごぼう 大根のゆかり漬け バナナ 若竹汁	キャロットケーキ 牛乳	528	21.7	17.5	1.9
19	金	菜めしごはん 春野菜オムレツ ビーフン野菜ソテー さつまいもサラダ 牛乳	プリン せんべい 麦茶	567	19.6	20.1	1.4
22	月	ごはん 厚揚げみぞれ煮 じゃがいものカレー煮 オクラ納豆和え かんぴょうのかきたま汁	アメリカンドッグ 牛乳	543	23.4	18.0	1.8
23	火	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 きんぴらだいこん ブロッコリー トマト 牛乳	いちごゼリー せんべい 麦茶	519	31.5	17.2	1.1
24	水	バターロール ウィンナー コールスロー オレンジ コーンクリームシチュー	甘みそおにぎり 麦茶	558	19.4	22.0	2.3
25	木	ごはん もろの竜田揚げ 高野豆腐と切干大根の煮物 かぼちゃサラダ キャベツのみそ汁	フルーツコーンフレ ーク 麦茶	549	21.0	15.2	2.0
26	金	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい チンゲン菜のナムル わかめスープ	きなこクッキー 牛乳	559	21.2	22.1	1.3
27	土	かき玉うどん 魚河岸揚げ煮 みかん缶 牛乳	おかし ジュース	529	17.0	19.4	1.8
30	火	ごはん 千種焼 たけのこの土佐煮 キャベツの浅漬け 牛乳	キャラメルプリン ココアウエハース 麦茶	531	22.8	18.6	1.3
			4月平均 (土曜日除く)	549	22.6	18.5	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いております。

※ 令和6年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：20g）幼児（エネルギー：560kcalタンパク質：22g）