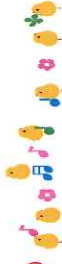


4月 献立予定表

(小麦粉・大豆・卵・マゴロトマト・エビ・カニ・ごま・ピーナツ・糖)



【4月の目標】

給食に
慣れましょう

2日(月)

入始園式



10日(火)

お弁当の日

愛情お弁当
をお願い致し
ます。フルー
ツは、園で出
しますで、お
かずの中に
入れないで下
さい。



18日(水)

誕生会

ごはんは
いりません。



☆すみれ組、
もも組、ちゅう
りっぷ組さん
は完全給食
です。

☆たんぽぽ組
ゆり組、ひま
わり組さんは
食べられる量
のごはんを
持ってきて
下さい。

	曜	未満児 おやつ	献立名	調味料	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	材 料 名 緑・調子をととのえる	未満児 主食	おやつ	栄養価	未満児	以上児
2月												
3火		クッキー 牛乳	鶏もも肉の照り焼き ひじき煮	塩 鶏がら 塩 鶏がら	鶏もも肉 ひじき	米	生姜 人参 キャベツ 人参	ごはん	ビスケット ジョア	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	580cal 19.4g 16.0g 1.9g	389cal 16.6g 13.7g 2.0g
4水		せんべい 牛乳	じゃが芋の味噌汁 ハンバーグ ほうれん草和え 玉葱の味噌汁	だし汁 味噌 味噌 昆布だし だし汁 味噌	鶏ひき肉 鶏ひき肉	米 じゃが芋 米 じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン 人参 ほうれん草 人参 玉葱	ごはん	ココア蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	562cal 22.0g 17.3g 1.9g	388cal 18.7g 15.4g 2.0g
5木		ビスケット 牛乳	松風焼き 春雨サラダ 大根の味噌汁	味噌 鶏がら 昆布だし だし汁 味噌	鶏ひき肉	米 じゃが芋 春雨	葱 玉葱 人参 きゅうり コーン 人参 大根	ごはん	蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	647cal 20.7g 24.0g 2.0g	372cal 10.6g 15.7g 2.1g
6金		クッキー 牛乳	鶏肉のカレー焼き アスパラ和え 玉葱の味噌汁	カレー粉 鶏がら 塩 味噌	鶏もも肉	米	にんにく 人参 アスパラ 人参 玉葱	ごはん	ジャムサンド 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	777cal 29.7g 34.1g 2.9g	561cal 25.7g 31.5g 3.1g
7土		せんべい 牛乳	鶏肉煮 玉葱の味噌汁 牛乳	だし汁 味噌 だし汁 味噌	鶏もも肉 牛乳	米	人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	654cal 21.6g 21.8g 1.7g	470cal 17.6g 19.6g 1.8g
9月		ビスケット 牛乳	鶏肉のクリーム煮 キャベツの和え 玉葱の味噌汁	鶏がら 昆布だし だし汁 味噌	鶏もも肉 わかめ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ 葱 玉葱	ごはん	チーズ蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	591cal 29.0g 24.2g 1.9g	414cal 24.7g 21.9g 1.9g
10火		クッキー 牛乳	じゃが芋の味噌汁 オレンジ	だし汁 味噌		米 じゃが芋	人参 オレンジ	ごはん	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	521cal 17.6g 14.7g 1.3g	310cal 12.8g 9.5g 1.0g
11水		せんべい 牛乳	鶏肉煮 大根の味噌汁	味噌 塩 味噌	鶏もも肉	米 片栗粉	生姜 きゅうり 人参 大根	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	541cal 18.5g 16.5g 2.4g	340cal 13.9g 13.2g 2.6g
12木		ビスケット 牛乳	鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 玉葱の味噌汁	塩 コンショウ 醤油 みりん だし汁 味噌	鶏もも肉	米	人参 切り干し大根 ピーマン 人参 玉葱	ごはん	蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	680cal 28.1g 26.2g 2.2g	486cal 25.3g 22.1g 2.4g
13金		クッキー 牛乳	ハンバーグ アスパラサラダ キャベツのスープ	味噌 塩 鶏がら	鶏ひき肉 ハム	米	人参 玉葱 ピーマン 人参 アスパラ 人参 キャベツ	ごはん	野菜蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	636cal 20.5g 21.0g 2.1g	451cal 16.0g 18.9g 2.6g
14土		せんべい 牛乳	シチュー 牛乳	鶏がら オレンジ	鶏もも肉 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン オレンジ	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	642cal 17.9g 22.3g 0.6g	457cal 13.3g 20.1g 0.5g
16月		ビスケット 牛乳	鶏肉煮 ひじきときゅうりの和風サラダ 玉葱の味噌汁	だし汁 味噌 昆布だし だし汁 味噌	鶏もも肉 ひじき	米 春雨	きゅうり コーン 人参 玉葱	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	539cal 23.4g 12.8g 1.5g	344cal 18.8g 9.0g 1.6g
17火		クッキー 牛乳	肉団子 キャベツ煮 じゃが芋の味噌汁	だし汁 味噌 昆布だし だし汁 味噌	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 キャベツ ピーマン	ごはん	蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	697cal 22.4g 25.1g 2.2g	507cal 18.5g 21.2g 2.4g
18水		せんべい 牛乳	ピラフ ピザバーグ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	塩 塩 鶏がら 昆布だし 鶏がら	鶏ひき肉 牛乳	米 チーズ じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン 人参 玉葱 人参 玉葱	ごはん	ケーキ 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	906cal 31.3g 33.9g 3.9g	756cal 28.0g 32.8g 4.5g
19木		誕生会 ビスケット 牛乳	ポー・ク・カレー 福神漬 オレンジ	カレールー 福神漬	豚ばら肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 グリンピース オレンジ	ごはん	ゼリー せんべい ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	518cal 13.7g 10.3g 1.6g	331cal 8.8g 6.5g 1.7g
20金		クッキー 牛乳	ささみ煮 ブロッコリー和え 玉葱の味噌汁	鶏がら 昆布だし だし汁 味噌	ささみ	米	生姜 人参 ブロッコリー 人参 玉葱	ごはん	蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	585cal 27.0g 21.0g 2.9g	384cal 23.0g 16.0g 2.8g
21土		せんべい 牛乳	肉団子 わかめスープ 牛乳	鶏がら 鶏がら	豚ひき肉 わかめ 牛乳	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 ピーマン 葱	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	659cal 19.8g 23.5g 1.7g	467cal 15.2g 20.4g 1.8g
23月		ビスケット 牛乳	鶏肉のチーズ焼き きゅうりのサラダ じゃが芋の味噌汁	塩 塩 味噌 だし汁 味噌	鶏もも肉	米 チーズ じゃが芋	人参 きゅうり コーン 人参	ごはん	黒糖蒸しパン 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	632cal 25.9g 26.1g 1.3g	432cal 22.1g 22.3g 1.2g
24火		クッキー 牛乳	ハンバーグ 肉汁 オレンジ	味噌 だし汁 味噌	鶏ひき肉 鶏もも肉	米 糸こんに	人参 玉葱 ピーマン 人参 大根 葱 オレンジ	ごはん	クッキー 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	622cal 26.4g 26.4g 1.3g	427cal 22.7g 23.5g 2.3g
25水		せんべい 牛乳	たけのこ入りハンバーグ もやし煮 わかめの味噌汁	塩 だし汁 昆布だし だし汁 味噌	鶏ひき肉 わかめ	米	人参 だけのこ ピーマン 人参 もやし 葱	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	505cal 15.2g 15.4g 2.1g	312cal 10.6g 12.3g 2.3g
26木		ビスケット 牛乳	ローストチキン すき昆布の煮物 キャベツの味噌汁	昆布だし 昆布だし だし汁 味噌	鶏もも肉 すき昆布	米	玉葱 生姜 にんにく 人参 ピーマン 人参 キャベツ	ごはん	ブラウニー 牛乳	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	704cal 25.4g 31.4g 2.8g	548cal 22.7g 30.6g 3.1g
27金		クッキー 牛乳	鶏肉のコーン焼き ほうれん草のサラダ じゃが芋の味噌汁	塩 昆布だし だし汁 味噌	鶏もも肉	米 じゃが芋	コーン 人参 ほうれん草 人参	ごはん	みかん せんべい ジョア	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	730cal 23.5g 21.4g 1.7g	553cal 20.7g 18.0g 1.5g
28土		せんべい 牛乳	肉じゃが わかめの味噌汁 牛乳	昆布だし だし汁 味噌	鶏もも肉 わかめ 牛乳	米 じゃが芋	人参 玉葱 オレンジ	ごはん	ビスケット ジュース	カロリー たんぱく質 脂質 塩分	726cal 26.5g 20.3g 2.8g	533cal 20.7g 17.0g 2.8g



☆入園 進級おめでとうございます。「何でも食べられる丈夫な体作り」を家庭と供
に目指していきたいと思っておりますので協力お願いします。

