

4月 献立予定表 (3歳未満児)

棠子保育園
R6.4.1発行

	月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
午前おやつ	ビスケット	バナナ	牛乳	牛乳	ウエハース	バックジュース
昼食	麦ごはん 筍の肉そぼろ丼 ほうれん草のおひたし 白菜のみそ汁 オレンジ	あわごはん カレー肉じゃが シルバーサラダ わかめのみそ汁 あまなつ	二穀ごはん 春野菜のかき揚げ キャベツサラダ 菜花と花麩のすまし汁 いちご	★入園進級を祝う会 ふりかけごはん チーズハンバーグ カリカリサラダ 野菜スープ オレンジ	麦ごはん 納豆オムレツ ひじきサラダ 貝割れ大根のみそ汁 バナナ	きびごはん スタミナ丼 塩昆布和え 厚揚げの味噌汁 グレープフルーツ
午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 オニオンブレッド	お茶 たぬきおにぎり	お茶 お祝いケーキ	牛乳 フライドポテト	牛乳 ミニパン
栄養価	I補給:462 ｸﾞﾊﾞｸ:17.5 脂質:12.6 食塩相当量:1.3	I補給:489 ｸﾞﾊﾞｸ:17.1 脂質:14 食塩相当量:1	I補給:378 ｸﾞﾊﾞｸ:11.5 脂質:9.5 食塩相当量:0.9	I補給:591 ｸﾞﾊﾞｸ:22.2 脂質:29 食塩相当量:1.6	I補給:491 ｸﾞﾊﾞｸ:15.6 脂質:16.2 食塩相当量:0.9	I補給:445 ｸﾞﾊﾞｸ:18.9 脂質:12.4 食塩相当量:1.4
日付	8日	9日	10日	11日	12日	13日
午前おやつ	牛乳	牛乳	ふかし芋	ウエハース	バナナ	野菜ジュース
昼食	麦ごはん ミートローフ シーザーサラダ 海藻スープ あまなつ	二穀ごはん 豚肉と野菜の生姜焼き 梅肉和え ほうれん草のみそ汁 いちご	ひえごはん 豆腐ナゲット わかめの酢の物 なめこ汁 グレープフルーツ	あわごはん スコップコロケ 人參ドレッシングサラダ 高野豆腐のみそ汁 キウイ	きびごはん 鱈の梅みそ焼き 五目きんぴら せんべい汁 オレンジ	麦ごはん 親子丼 すき昆布のサラダ じゃが芋の味噌汁 バナナ
午後おやつ	ゼリーポンチ 鉄ウエハース	ジョア チーズクッキー	牛乳 ツナマヨトースト	牛乳 米粉入りがんづき	牛乳 レーズンスコーン	牛乳 ドーナツ
栄養価	I補給:486 ｸﾞﾊﾞｸ:16.4 脂質:17.2 食塩相当量:0.5	I補給:406 ｸﾞﾊﾞｸ:18.7 脂質:12.2 食塩相当量:0.9	I補給:464 ｸﾞﾊﾞｸ:15.4 脂質:15.4 食塩相当量:1.2	I補給:448 ｸﾞﾊﾞｸ:14.2 脂質:9.8 食塩相当量:0.8	I補給:480 ｸﾞﾊﾞｸ:15.3 脂質:13.9 食塩相当量:1.2	I補給:502 ｸﾞﾊﾞｸ:18 脂質:14.7 食塩相当量:1.2
日付	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前おやつ	ビスケット	牛乳	ふかし芋	牛乳	バナナ	せんべい
昼食	二穀ごはん 肉豆腐 野菜の生姜醤油和え 小松菜の味噌汁 シューシーオレンジ	おにぎり いちご ママレード焼き ポテトサラダ ごま和え バックジュース	ひえごはん 鮭の南部焼 うるいの炒め煮 豆腐の味噌汁 オレンジ	★誕生会 ミートスパゲティ チーズグラタン ブロッコリーサラダ 卵スープ いちご	きびごはん カレー豆腐丼 ほうれん草のナムル めかぶスープ グレープフルーツ	ひえごはん マーボー春雨 ひじきの中華和え さつま芋の味噌汁 オレンジ
午後おやつ	牛乳 洋風おこし	お茶 春キャベツの Pasta	牛乳 ピザトースト	お茶 ケーキ	ヨーグルト せんべい	牛乳 どらやき
栄養価	I補給:358 ｸﾞﾊﾞｸ:16.2 脂質:11 食塩相当量:1.1	I補給:485 ｸﾞﾊﾞｸ:18.2 脂質:14.3 食塩相当量:0.9	I補給:496 ｸﾞﾊﾞｸ:22 脂質:15.5 食塩相当量:1.3	/	I補給:372 ｸﾞﾊﾞｸ:11.3 脂質:5.6 食塩相当量:1	I補給:472 ｸﾞﾊﾞｸ:12.4 脂質:8.9 食塩相当量:1.2
日付	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前おやつ	野菜ジュース	バナナ	牛乳	せんべい	バナナ	せんべい
昼食	きびごはん 洋風五目豆 なめたけ和え うるいのみそ汁 バナナ	麦ごはん 高野豆腐のケチャップ煮 切干大根のサラダ 海藻のみそ汁 シューシーオレンジ	二穀ごはん 擬製豆腐 レモン醤油和え 豚汁 あまなつ	ひえごはん 鶏肉のおろし醤油焼き 和風サラダ きのこスープ いちご	麦ごはん ガリ батаボーク 野菜とチーズの和え物 かぼちゃの味噌汁 グレープフルーツ	ひえごはん まめ豆ドライカレー ゆかりあえ お茶 バナナ
午後おやつ	牛乳 おからドーナツ	牛乳 ポッスコーン	バックジュース 鮭わかめおにぎり	牛乳 桜エビラスク	ミルクワントン 小魚袋	牛乳 ミニパン
栄養価	I補給:470 ｸﾞﾊﾞｸ:16.3 脂質:12.9 食塩相当量:1.2	I補給:501 ｸﾞﾊﾞｸ:15 脂質:20.6 食塩相当量:1.1	I補給:501 ｸﾞﾊﾞｸ:21.1 脂質:13.5 食塩相当量:1.2	I補給:397 ｸﾞﾊﾞｸ:19.9 脂質:9.5 食塩相当量:1.4	I補給:375 ｸﾞﾊﾞｸ:20.1 脂質:8 食塩相当量:1.3	I補給:484 ｸﾞﾊﾞｸ:17.2 脂質:11.6 食塩相当量:1.1
日付	29日	30日	/			
午前おやつ	昭和の日		/			
昼食						
午後おやつ						
栄養価						

※材料等の都合により変更となる場合がありますのでご了承ください。

※太字は子どもたちからのリクエストメニューです。

＜今月の栄養価＞

	I補給 (kcal)	ｸﾞﾊﾞｸ 質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
平均値	479	17	13.5	1.4
目標値	479	17	13	1.5