

4月献立予定表(3歳未満児)

南栄子保育園
R7.4.1発行

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		1日	2日	3日	4日入園進級お祝い会・パンの日	5日
午前おやつ		牛乳	牛乳	おせんべい	牛乳	おせんべい
昼食		きびご飯 ブルコギ丼 青菜の鮭フレーク和え 玉ねぎのみそ汁 バナナ	麦ごはん 鶏肉のくず煮丼 もやしの昆布和え キャベツのみそ汁 オレンジ	あわご飯 和風ツナカレー わかめの酢の物 油揚げのみそ汁 夏みかん	お花パン ハンバーグ チップスサラダ 春野菜スープ いちご	きびご飯 中華丼 胡瓜の中華和え 大根のみそ汁 バナナ
午後おやつ		お茶 ソフトクッキー	お茶 焼きそば	お茶 じゃこおにぎり	カルピスフルーツヨーグルト	牛乳 ジャムパン
栄養価		エネルギー:449 脂質:13.3 食塩相当量:0.9	エネルギー:429 脂質:13.7 食塩相当量:1	エネルギー:505 脂質:16.7 食塩相当量:2.9	エネルギー:446 脂質:16.4 食塩相当量:1.7	エネルギー:520 脂質:14 食塩相当量:1.3
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前おやつ	ビスケット	牛乳	ビスケット	牛乳	ヨーグルト	おせんべい
昼食	きびご飯 豆腐のチーズリゾット風 じゃが芋のきんぴら めかぶスープ バナナ	きびご飯 鶏肉のコーン蒸し かぶの和え物 豆腐のすまし汁 バナナ	きびご飯 厚揚げのピカタ 切り干し大根と蓮根の煮物 じゃが芋のみそ汁 オレンジ	あわご飯 鶏肉のママレード焼き 水菜のサラダ ひじきスープ バナナ	麦ご飯 豚肉の生姜焼き 大根の甘酢和え 山東菜のみそ汁 夏みかん	あわご飯 鶏肉の照り焼き 塩昆布キャベツ お麩のみそ汁 バナナ
午後おやつ	牛乳 マヨトースト	お茶 洋風おこし	牛乳 渦巻パイ	ジョア エビラスク	牛乳 お好み焼き	牛乳 マーラーカオ
栄養価	エネルギー:537 脂質:20.9 食塩相当量:1.3	エネルギー:494 脂質:12.1 食塩相当量:1.2	エネルギー:532 脂質:18.3 食塩相当量:1.3	エネルギー:492 脂質:15.8 食塩相当量:1.4	エネルギー:649 脂質:24.9 食塩相当量:1.9	エネルギー:520 脂質:18 食塩相当量:0.9
日付	14日	15日	16日お弁当献立	17日パーステーランチ	18日	19日
午前おやつ	牛乳	牛乳	バナナ	牛乳	牛乳	ゼリー
昼食	きびご飯 高野豆腐のエビチリ風 もやしのナムル 青梗菜のみそ汁 バナナ	麦ごはん 春野菜のキッシュ マリネサラダ 野菜スープ グレープフルーツ	枝豆おにぎり 鶏つくね焼き 白菜とちくわの和え物 りんごジュース チーズ いちご	赤米ご飯 マーボー豆腐(いおりくん) ポテトサラダ(らなさん) 卵スープ せとか(あおばくん)	麦ごはん 豚肉の洋風佃煮 ツナワカメサラダ 春野菜のミルクスープ バナナ	麦ごはん 肉豆腐 ほうれん草の桜エビ和え 小松菜のみそ汁 バナナ
午後おやつ	牛乳 りんごゼリー	ジョア チーズスティック	お茶 パウムクーヘン	ぶどうゼリー(れおくん) モンブラン(みなとくん) いちごクッキー(あいらさん)	牛乳 がんづき	牛乳 シュガーデニッシュ
栄養価	エネルギー:441 脂質:10.4 食塩相当量:1.3	エネルギー:549 脂質:21.9 食塩相当量:1.5	エネルギー:423 脂質:8.9 食塩相当量:1	エネルギー:607 脂質:26.7 食塩相当量:0.7	エネルギー:504 脂質:14.4 食塩相当量:0.7	エネルギー:471 脂質:16.2 食塩相当量:1.3
日付	21日	22日	23日味噌づくり①	24日味噌づくり②	25日5歳児保育参加日・味噌づくり③	26日
午前おやつ	牛乳	牛乳	クラッカー	牛乳	牛乳	おせんべい
昼食	きびご飯 はんぺんのバター焼き 春雨の和え物 さつまいものみそ汁 グレープフルーツ	あわご飯 車麩の卵とし煮 アスパラサラダ 白菜のみそ汁 夏みかん	あわご飯 鮭のチーズ焼き オーロラマカロニサラダ あさりスープ グレープフルーツ	麦ごはん 豚肉のネギ塩焼き もやしのお浸し 豆腐のみそ汁 いちご	あわご飯 筍肉そぼろ ワカメのナムル キャベツとツナのミルクみそ汁 いよかん	きびご飯 ドライカレー 野菜スティック ふのりスープ バナナ
午後おやつ	お茶 天かすおにぎり	お茶 コロコロキャラメルラスク	牛乳 バナナケーキ	牛乳 塩せんべい	お茶 じゃが芋ピザ	牛乳 スティックパン
栄養価	エネルギー:523 脂質:7.8 食塩相当量:1.8	エネルギー:494 脂質:16.9 食塩相当量:1.6	エネルギー:545 脂質:21.2 食塩相当量:1.5	エネルギー:379 脂質:9.8 食塩相当量:0.8	エネルギー:484 脂質:21 食塩相当量:1.1	エネルギー:492 脂質:16.3 食塩相当量:1.3
日付	28日	29日	30日			
午前おやつ	野菜ジュース		牛乳			
昼食	麦ごはん 包まないシューマイ 春キャベツのポン酢和え スナックエンドウのみそ汁 オレンジ	 昭和の日	きびご飯 厚揚げの卵炒め 大豆の昆布和え 具沢山みそ汁 バナナ			
午後おやつ	お茶 五平餅		お茶 カルピス蒸しパン			
栄養価	エネルギー:451 脂質:12.6 食塩相当量:1.1		エネルギー:524 脂質:19.9 食塩相当量:1.2			

【今月の栄養価】

	エネルギー	タンパク質(g)	脂質(g)	塩分(g)
平均値	490	18	15	1.3
目標値	480	17	14	1.5

※食材の都合によりメニューが変更する場合がありますのでご了承ください。

お弁当献立
給食をお弁当箱に詰めて、戸外等で食事をします。りんご、かりん、さくらんぼ組は空のお弁当箱を持ってきていただきます。

パンの日
月替わりで、様々な種類の手作りパンを提供します。

行事食の紹介

パーステーランチ
ランチのメニューは、りんご組とかりん組のお友達のリクエストメニューを提供します。

年中行事
その月にある季節の年中行事に合わせた行事食を提供したいと思います。

今年度も美味しい楽しい給食を提供したいと思いますので、お楽しみに！