

4月の献立表

曜日	全園児				栄養価	
	3歳未満児	主食	昼食	午後おやつ	3歳未満児	3歳以上児
1 火	茶 黄桃缶	めん	クリームスパゲティ ミニトマト 小麦茶	牛乳 きなこ揚げパン	エネルギー 557kcal タンパク質 20.5g 脂質 23.6g 食塩 2.1g	エネルギー 661kcal タンパク質 25.5g 脂質 29.5g 食塩 2.6g
2 水	茶 ココナッツサブレ	ごはん	中華丼 わかめスープ グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 甘辛せんべい	エネルギー 390kcal タンパク質 15.6g 脂質 18.7g 食塩 1.5g	エネルギー 492kcal タンパク質 18.9g 脂質 18.8g 食塩 2.0g
3 木	茶 蒸しじゃがいも	めん	焼きうどん 豆腐シウマイ オレンジ 小麦茶	麦茶 豆乳リゾット	エネルギー 281kcal タンパク質 10.1g 脂質 9.2g 食塩 1.1g	エネルギー 368kcal タンパク質 13.0g 脂質 12.3g 食塩 1.5g
4 金	茶 星せんべい	ごはん	【入園進級式】ちらしごはん ひとくちエビフライ コーンフレークサラダ 若竹汁 いちご 小麦茶	麦茶 お祝いデザート	エネルギー 308kcal タンパク質 9.3g 脂質 5.1g 食塩 2.1g	エネルギー 368kcal タンパク質 13.0g 脂質 12.3g 食塩 2.4g
5 土	みかんゼリー	パン	コッペパン バナナ 牛乳		エネルギー 558kcal タンパク質 11.2g 脂質 24.7g 食塩 0.8g	エネルギー 320kcal タンパク質 10.5g 脂質 5.4g 食塩 1.1g
6 日			お休み			
7 月	茶 卵ボーロ	ごはん	五目卵焼き ほうれん草のお浸し じゃがいもの味噌汁 トマト 小麦茶	牛乳 マーマレード蒸しパン	エネルギー 439kcal タンパク質 15.9g 脂質 12.4g 食塩 1.2g	エネルギー 531kcal タンパク質 20.7g 脂質 15.9g 食塩 1.5g
8 火	茶 野菜せんべい	ごはん	チンジャオロース 焼き餃子 グレープフルーツ 小麦茶	麦茶 そうめんチャンプルー	エネルギー 391kcal タンパク質 14.2g 脂質 10.1g 食塩 3.0g	エネルギー 488kcal タンパク質 18.1g 脂質 12.6g 食塩 3.7g
9 水	茶 蒸しさつままいも	ごはん	アスパラつくね 納豆しらす和え ちくわのすまし汁 オレンジ 小麦茶	麦茶 ビスコ	エネルギー 430kcal タンパク質 16.6g 脂質 6.9g 食塩 1.3g	エネルギー 402kcal タンパク質 19.2g 脂質 8.1g 食塩 1.6g
10 木	茶 バナナ	ごはん	メカジキ照り焼き ココロポテトサラダ かきたま汁 ミニトマト 小麦茶	牛乳 焼き豆乳ドーナツ	エネルギー 530kcal タンパク質 20.9g 脂質 19.4g 食塩 1.1g	エネルギー 557kcal タンパク質 24.7g 脂質 23.0g 食塩 1.4g
11 金	茶 ハッピーターン	ごはん	厚揚げ酢豚風 わかめのナムル えのきの中華スープ パイナップル 小麦茶	牛乳 ミニクワッサン	エネルギー 427kcal タンパク質 10.9g 脂質 15.4g 食塩 1.6g	エネルギー 519kcal タンパク質 14.6g 脂質 17.8g 食塩 1.9g
12 土	ヨーグルト	めん	和風スパゲティ グレープフルーツ 牛乳		エネルギー 357kcal タンパク質 16.1g 脂質 14.2g 食塩 0.9g	エネルギー 388kcal タンパク質 16.4g 脂質 17.5g 食塩 1.0g
13 日			お休み			
14 月	茶 Caせんべい	ごはん	チキンカレー チーズサラダ 福神漬け バナナ 小麦茶	麦茶 シュークリーム	エネルギー 574kcal タンパク質 15.7g 脂質 20.3g 食塩 2.1g	エネルギー 644kcal タンパク質 18.5g 脂質 23.9g 食塩 2.4g
15 火	茶 大根煮	ごはん	鶏そぼろチャーハン チンゲン菜中華和え グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 カップグラタン	エネルギー 347kcal タンパク質 18.2g 脂質 10.7g 食塩 1.0g	エネルギー 404kcal タンパク質 17.8g 脂質 13.1g 食塩 1.2g
16 水	茶 ウエハース	パン	スティックパン パリッオース クラムチャウダー いちご 小麦茶	麦茶 じゃこおにぎり	エネルギー 467kcal タンパク質 16.3g 脂質 20.5g 食塩 2.8g	エネルギー 550kcal タンパク質 19.7g 脂質 24.7g 食塩 3.4g
17 木	茶 みかん缶	めん	みそラーメン シヨールンポー ミニトマト 小麦茶	牛乳 ナンDEチョコバナナ	エネルギー 582kcal タンパク質 21.3g 脂質 19.9g 食塩 2.4g	エネルギー 652kcal タンパク質 27.0g 脂質 24.0g 食塩 3.2g
18 金	茶 クラッカー	ごはん	春野菜シチュー プロッコリーとえびのサラダ オレンジ 小麦茶	麦茶 おこめせんべい	エネルギー 448kcal タンパク質 11.7g 脂質 11.8g 食塩 1.9g	エネルギー 519kcal タンパク質 14.2g 脂質 11.7g 食塩 2.2g
19 土	プリン	めん	トマトクリームパンネ パイナップル 牛乳		エネルギー 222kcal タンパク質 7.5g 脂質 7.1g 食塩 0.4g	エネルギー 218kcal タンパク質 8.3g 脂質 8.4g 食塩 0.4g
20 日			お休み			
21 月	茶 マリービスケット	ごはん	★だけのこごはん 鶏の唐揚げ ヤクルト アスパラサラダ いちご 小麦茶	麦茶 ショートケーキ	エネルギー 497kcal タンパク質 14.6g 脂質 14.9g 食塩 0.8g	エネルギー 542kcal タンパク質 18.3g 脂質 17.7g 食塩 0.9g
22 火	茶 蒸し大豆	ごはん	肉豆腐 プロッコリーのおかか和え しいたけのすまし汁 グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 フルーツシリアル	エネルギー 279kcal タンパク質 14.2g 脂質 10.0g 食塩 1.1g	エネルギー 312kcal タンパク質 15.2g 脂質 11.0g 食塩 1.0g
23 水	茶 揚げせんべい	ごはん	さわら西京焼き ひじき五目煮 なめこの味噌汁 ミニトマト 小麦茶	麦茶 マカロニナポリタン	エネルギー 342kcal タンパク質 14.2g 脂質 9.9g 食塩 1.9g	エネルギー 379kcal タンパク質 17.3g 脂質 9.7g 食塩 2.1g
24 木	茶 小魚スナック	ごはん	厚揚げとキャベツの卵とじ お野菜さつま揚げ 高野豆腐の味噌汁 オレンジ 小麦茶	牛乳 動物ビスケット アセロラゼリー	エネルギー 357kcal タンパク質 15.2g 脂質 11.3g 食塩 1.1g	エネルギー 451kcal タンパク質 17.5g 脂質 13.9g 食塩 1.2g
25 金	茶 グレープフルーツ	ごはん	鶏肉パプリカ塩炒め のりしおポテト コンソメスープ トマト 小麦茶	ジュア 食パンラスク	エネルギー 405kcal タンパク質 14.0g 脂質 7.2g 食塩 1.8g	エネルギー 516kcal タンパク質 17.1g 脂質 8.4g 食塩 2.9g
26 土	プチダノン	めん	焼きそば オレンジ 牛乳	～旬の食材～	エネルギー 176kcal タンパク質 7.9g 脂質 7.4g 食塩 0.2g	エネルギー 151kcal タンパク質 6.9g 脂質 7.1g 食塩 0.3g
27 日			お休み	ひじき しらす さわら スナックエンドウ なら 玉ねぎ だけのこ いちご など		
28 月	茶 蒸しかぼちゃ	ごはん	チキンオーブン焼き マカロニサラダ ポトフ風スープ 黄桃缶 小麦茶	牛乳 今川焼	エネルギー 491kcal タンパク質 15.3g 脂質 18.4g 食塩 1.8g	エネルギー 614kcal タンパク質 19.1g 脂質 23.0g 食塩 2.4g
29 火			昭和の日			
30 水	茶 いかくん	ごはん	豚肉しょうが焼き アスパラソテー えのきのすまし汁 トマト 小麦茶	牛乳 黒ごまチーズスティック	エネルギー 419kcal タンパク質 20.2g 脂質 14.6g 食塩 2.2g	エネルギー 524kcal タンパク質 21.4g 脂質 18.1g 食塩 2.1g

🍴 はスプーン、🍴 はフォークを持ってきてください。マークがない日はお箸だけ持ってきてください。

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。
献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。

平均	エネルギー 496kcal タンパク質 14.7g 脂質 15.7g 食塩 1.7g
----	--

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
		1	麦茶 黄桃缶	2	麦茶 ココナッツサブレ	3	麦茶 蒸しじゃが芋	4	麦茶 星せんべい	5	みかんゼリー
	クリームスパゲティ ハムチーズピカタ ミニトマト 麦茶	スパゲティ ワインナー にんにく たまねぎ しめじ ほうれんそう 油 食塩 コンソメ 牛乳 片栗粉 わかめスープ豆腐入り グレープフルーツ 麦茶	中華丼 わかめスープ豆腐入り グレープフルーツ 麦茶	焼きうどん 豆腐シュウマイ オレンジ 麦茶	ゆでうどん 豚肉 キャベツ にんじん ねぎ ごま油 本みりん しょうゆ かつお節 豆腐シュウマイ オレンジ 麦茶	焼きうどん 豆腐シュウマイ オレンジ 麦茶	ゆでうどん 豚肉 キャベツ にんじん ねぎ ごま油 本みりん しょうゆ かつお節 豆腐シュウマイ オレンジ 麦茶	五目ちらし寿司 エビフライ コーンフレークサラダ 若竹汁 お祝いデザート	米 ちらし寿司の素(三島) 中濃ソース ブロッコリー きゅうり 赤ピーマン コーン ハム フレンチドレッシング 粉チーズ コーン フレーク わかめ 葱 めんつゆ しょうゆ 食塩 万能ねぎ 木綿豆腐	コッパン(いちご) バナナ 牛乳	
7	麦茶 卵ボーロ	8	麦茶 野菜せんべい	9	麦茶 蒸しさつま芋	10	麦茶 バナナ	11	麦茶 ハッピーターン	12	ヨーグルト
ご飯 五目卵焼き ほうれん草お浸し じゃがいもの味噌汁 牛乳 マーマレード蒸しパン	トマト 麦茶 卵 葱 椎茸 ねぎ ひじき 枝豆 ちりめん佃煮 かつお・昆布だし汁 しょうゆ 本みりん ほうれん草 しょうゆ にんじん 油揚げ 本みりん ほんだし たまねぎ じゃがいも 米みそ こんぶ かつお節 いわし 凍り豆腐 ホットケーキミックス マーマレード 調整豆乳 クリームチーズ 木綿豆腐	ご飯 チンジャオロース 焼き餃子 豆腐の中華スープ	グレープフルーツ 麦茶 豚肉 ピーマン 葱 えのき 人参 赤ピーマン 生姜 ごま油 しょうゆ スーフストック中華 納豆 しらす 青のり しょうゆ えのきだけ ねぎ ちくわ めんつゆ しょうゆ 食塩 木綿豆腐 麦茶 プリン ビスコ	ご飯 オレンジ 麦茶 アスパラつくね 納豆ちりめんあえ ちくわのすまし汁	オレンジ 麦茶 鶏肉 アスパラガス たまねぎ 椎茸 れんこん 豆腐 まめブラスM 食塩 卵 片栗粉 みりん 醤油 納豆 しらす 青のり しょうゆ えのきだけ ねぎ ちくわ めんつゆ しょうゆ 食塩 木綿豆腐 麦茶 プリン ビスコ	ご飯 ミニトマト 麦茶 めかじき照り焼き コロコロポテトサラダ かきたま汁	ミニトマト 麦茶 じゃがいも にんじん チーズ きゅうり 食塩 マヨネーズ 卵 しいたけ 糸みつば めんつゆ 片栗粉 木綿豆腐 牛乳 さくっと昆布 焼き豆乳ドーナツ	麦茶 ハッピーターン ご飯 パン缶 麦茶 厚揚げ酢豚風 もやしとわかめのナムル えのき中華スープ	麦茶 ハッピーターン パン缶 麦茶 生揚げ ピーマン 葱 人参 椎茸 たまねぎ 生姜 ケチャップ 酢 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 スーフストック中華 ごま油 もやし わかめ ごま油 しょうゆ ごま きゅうり ごまつな もやし にら にんじん 水 中華だし 食塩 食塩 こんぶ	ヨーグルト 和風ツナスパゲティ グレープフルーツ 牛乳	
14	麦茶 Caせんべい	15	麦茶 大根煮	16	麦茶 ウエハース	17	麦茶 みかん缶	18	麦茶 クラッカー	19	プリン
ご飯 チキンカレー チーズサラダ 福神漬け 麦茶 チータラ	バナナ 麦茶 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく しょうが カレールフ 油 エリンギ 大豆 キャベツ きゅうり にんじん チーズ コーン缶 油 食塩 酢 シュークリーム	鶏そぼろチャーハン チンゲン菜の中華和え グレープフルーツ 麦茶 牛乳 エビグラタン	スティックパン パリツオーネ クラムチャウダー いちご 麦茶 しらすおにぎり	スティックパン パリツオーネ クラムチャウダー いちご 麦茶 しらすおにぎり	みそラーメン ショーロンポー ミニトマト 麦茶 牛乳 ナンDEチョコバナナ	生中華めん 豚肉 まめブラスM もやし にら 人参 コーン ねぎ 油 中華だしの素 みそ 食塩 生姜 にんにく ベークン じゃがいも キャベツ たまねぎ 人参 あさり水菜 ぼたて水菜 シチューミックス 牛乳 油 麦茶 ナン バナナ カバリングチョコレート パナ ホイップクリーム	ご飯 香野菜シチュー ブロッコリーとえびのサラダ オレンジ 麦茶 おこめせんべい	ベークン じゃがいも キャベツ たまねぎ 人参 かつ マッシュルーム コーン シチューミックス 牛乳 油 ブロッコリー きゅうり コーン缶 えび オリジナルドレッシング 麦茶 米 しらす干し しょうゆ 油 黒ごま	プリン トマトクリームパン バナナ 牛乳		
21	麦茶 マリービスケット	22	麦茶 大豆煮	23	麦茶 揚げせんべい	24	麦茶 小魚スナック	25	麦茶 グレープフルーツ	26	プチダノン
だげのご飯 鶏の唐揚げ アスパラサラダ いちご 麦茶 ショートケーキ	米 葱 人参 油揚げ しいたけ 万能ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 食塩 鶏もも肉 にんにく しょうが しょうゆ 本みりん 油 片栗粉 小麦粉 グリーンアスパラガス コーン缶 赤ピーマン ツナ油揚げ フレンチドレッシング ヤクルト 麦茶 ショートケーキ	ご飯 肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え しいたけすまし汁	グレープフルーツ 麦茶 豚肉 焼き豆腐 たまねぎ 人参 ねぎ えのき 白滝 醤油 みりん 砂糖 かつお節 ブロッコリー しょうゆ かつお節 しいたけ ねぎ 焼ふ めんつゆ 凍り豆腐	ご飯 さわら西京焼 ひじきの五目煮 なめこの味噌汁	ミニトマト 麦茶 ひじき 人参 椎茸 こんにゃく 葱 大豆 油揚げ ごま油 ほんだし 本みりん 砂糖 しょうゆ 米みそ こんぶ かつお節 いわし なめこ ねぎ 木綿豆腐 麦茶 マカロニナポリタン	ご飯 厚揚げとキャベツの卵とじ にんじんさつま揚げ 高野豆腐の味噌汁	オレンジ 麦茶 豚肉 生揚げ キャベツ ねぎ にんじん 根み つば しいたけ 卵 油 しょうゆ 砂糖 米みそ こんぶ かつお節 いわし 凍り豆腐 ねぎ じゃがいも 牛乳 動物ビスケット	麦茶 グレープフルーツ ご飯 トマト 麦茶 鶏もも肉 赤ピーマン 赤ピーマン たまねぎ グリーンアスパラガス 油 コンソメ 食塩 片栗粉 じゃがいも 油 片栗粉 食塩 あおのり にんじん コーン缶 コンソメ粉 キャベツ エリンギ マカロニ えのき ジュア(フルーベリー) 食パンラスク	プチダノン 焼きそば オレンジ 牛乳		
28	麦茶 蒸しそば	29	昭和の日	30	麦茶 いかくんせい						
ごはん チキンオープン焼き マカロニサラダ ポトフ 牛乳 今川焼	黄桃缶 麦茶 マカロニ きゅうり にんじん ハム たまねぎ マヨネーズ 食塩 ワインナー じゃがいも たまねぎ キャベツ コンソメ 食塩			ご飯 トマト 麦茶 豚肉生姜焼き アスパラソテー 鮎のすまし汁 牛乳 黒ゴマチーズスティック	トマト 麦茶 豚肉 にんにく しょうが 砂糖 しょうゆ グリーンアスパラガス 油 食塩 コーン缶 ベークン 焼ふ えのきだけ ねぎ めんつゆ 食塩 木綿豆腐 ホットケーキミックス 牛乳 とろけるチーズ 黒ごま						
<p>※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。 献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。</p>											