

4月の予定献立表

令和4年度

育咲保育園

日	曜	乳児 午前のおやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量	主に使う食品
					幼児 (乳児)	
1	金	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(もやし、なす) 鶏肉の照り焼き 五目きんぴら 小松菜のごま和え	牛乳 バナナココア蒸しパン	572 (476)	鶏肉 ごぼう 人参 キャベツ いんげん
2	土	麦茶 ヨーグルト	けんちんうどん りんご	牛乳 おやつパン	549 (407)	鶏肉 大根 人参 長葱 ごぼう
4	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(麩、なめこ、長葱) 豚肉と白滝の生姜焼き 切干大根の煮物 きゅうりのゆかり和え	牛乳 おやつパン	603 (472)	豚肉 玉葱 人参 きゅうり 長葱
5	火	牛乳 ビスコ	レーズンパン スープ(レタス、いんげん) ミートローフ ジャーマンポテト コールスローサラダ	牛乳 しらすごまおにぎり	626 (541)	豚肉 玉葱 人参 キャベツ アスパラ
6	水	牛乳 バナナ	ご飯 みそ汁(キャベツ、玉葱、わかめ) 鮭のみそマヨ焼き みどり芋 変わり納豆	牛乳 もちもちドーナツ	674 (571)	鮭 南瓜 キャベツ 玉葱 ほうれん草
7	木	麦茶 ヨーグルト	麦飯 ポークカレー スープ(チンゲン菜、玉葱) ブロッコリーサラダ 黄桃	牛乳 お菓子	597 (455)	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 ブロッコリー
8	金	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(豆腐、えのき、万葱) 親子煮 キャベツコーン炒め いんげんのおかか和え	牛乳 クリチーサンド	600 (496)	鶏肉 玉葱 人参 キャベツ いんげん
9	土	麦茶 ヨーグルト	トマトとツナのスパゲティ スープ(玉葱、人参、小松菜)	牛乳 おやつパン	576 (431)	ツナ 玉葱 人参 小松菜 トマト缶
11	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(豆腐、長葱、しめじ) 肉じゃが ひじきの煮物 キャベツのなめたけ和え	牛乳 お麩ラスク(のり塩)	605 (463)	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ
12	火	牛乳 ウエハース	バターロール スープ(かぶ、玉葱、かぶの葉) 鶏肉のママレード焼き ナポリタン コロコロサラダ	牛乳 おかかおにぎり	602 (516)	鶏肉 人参 玉葱 きゅうり ピーマン
13	水	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(大根、ごぼう) 麻婆豆腐 ビーフソテー チンゲン菜のナムル	牛乳 お菓子	581 (437)	豚肉 豆腐 人参 大根 長葱 ごぼう
14	木	牛乳 バナナ	ご飯 みそ汁(小松菜、人参、玉葱) カレイの煮つけ 南瓜の煮物 ほうれん草のポン酢和え	牛乳 バタークッキー	582 (507)	カレイ 玉葱 人参 ほうれん草 じゃが芋
15	金	牛乳 ビスコ	ご飯 みそ汁(もやし、なす) 鶏肉の照り焼き 五目きんぴら 小松菜のごま和え	牛乳 焼きそば	610 (557)	鶏肉 ごぼう 人参 キャベツ いんげん
16	土	麦茶 ヨーグルト	あんかけうどん バナナ	牛乳 おやつパン	584 (437)	豚肉 玉葱 人参 キャベツ
18	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(麩、なめこ、長葱) 豚肉と白滝の生姜焼き 切干大根の煮物 きゅうりのゆかり和え	牛乳 お菓子	584 (458)	豚肉 玉葱 人参 きゅうり 長葱
19	火	牛乳 ウエハース	レーズンパン スープ(レタス、いんげん) ミートローフ ジャーマンポテト コールスローサラダ	牛乳 わかめおにぎり	607 (519)	豚肉 玉葱 人参 キャベツ アスパラ
20	水	麦茶 ヨーグルト	わんわんカレーライス スープ(チンゲン菜、玉葱) ツナサラダ バナナ	りんごジュース 誕生日ケーキ	615 (487)	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ
21	木	牛乳 ビスコ	ご飯 みそ汁(キャベツ、玉葱、わかめ) 鮭のみそマヨ焼き みどり芋 変わり納豆	牛乳 フルーツヨーグルト・せんべい	516 (476)	鮭 南瓜 キャベツ 玉葱 ほうれん草
22	金	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(豆腐、えのき、万葱) 親子煮 キャベツコーン炒め いんげんのおかか和え	牛乳 メープルホットケーキ	614 (521)	鶏肉 玉葱 人参 キャベツ いんげん
23	土	麦茶 ヨーグルト	ミートソースパゲティ スープ(キャベツ、コーン)	牛乳 おやつパン	572 (428)	豚肉 玉葱 人参 キャベツ コーン
25	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(豆腐、長葱、しめじ) 肉じゃが ひじきの煮物 キャベツのなめたけ和え	牛乳 マヨコーントースト	622 (451)	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 キャベツ
26	火	牛乳 グレープフルーツ	バターロール スープ(かぶ、玉葱、かぶの葉) 鶏肉のママレード焼き ナポリタン コロコロサラダ	牛乳 塩昆布おにぎり	600 (493)	鶏肉 人参 玉葱 きゅうり ピーマン
27	水	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(大根、ごぼう) 麻婆豆腐 ビーフソテー チンゲン菜のナムル	牛乳 お菓子	581 (437)	豚肉 豆腐 人参 大根 長葱 ごぼう
28	木	牛乳 バナナ	ご飯 みそ汁(小松菜、人参、玉葱) カレイの煮つけ 南瓜の煮物 ほうれん草のポン酢和え	牛乳 お好み焼き	546 (483)	カレイ 玉葱 人参 ほうれん草 じゃが芋
30	土	麦茶 ヨーグルト	肉みそうどん オレンジ	牛乳 おやつパン	543 (408)	豚肉 もやし 長葱 小松菜 人参

※満1歳でごま、卵、牛乳を開始します

※献立は食材の都合により変更する場合がありますのでご了承ください