



4月 3歳未満児献立予定表

川前保育園

	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		5日	
午前おやつ			野菜ジュース		ヨーグルト		ミニゼリー		ビスケット		せんべい	
昼食			あわごはん 八宝菜 春雨サラダ ワカメと大根のスープ バナナ		きびごはん 肉じゃが うめマヨサラダ なばなのみそ汁 あまなつ		あわごはん 鯖のカレー竜田揚げ シーザーサラダ ミルクスープ グレープフルーツ		麦ごはん スパニッシュオムレツ 海藻サラダ ココロスープ いちご		麦ごはん バターチキンカレー ツナサラダ 牛乳 オレンジ	
午後おやつ			牛乳 ジャムサンド		牛乳 ハムチーズパイ		お茶 ラップおにぎり		幼児牛乳 クラクス		りんごジュース ミニパン	
栄養価			エネルギー:454	タンパク:16.1	エネルギー:478	タンパク:17.3	エネルギー:499	タンパク:17.9	エネルギー:493	タンパク:16.1	エネルギー:514	タンパク:16.1
			脂質:9	食塩相当量:1.3	脂質:16.1	食塩相当量:1.5	脂質:16	食塩相当量:1.1	脂質:15.8	食塩相当量:1.5	脂質:14.4	食塩相当量:1.2
日付	7日		8日		9日		10日		11日		12日	
午前おやつ	牛乳		ビスケット		せんべい		バナナ		牛乳		ビスケット	
昼食	麦ごはん 塩こうじ唐揚げ マカロニサラダ ほうれん草のみそ汁 いちご		二穀ごはん 茶わん蒸し ごま和え わかめうどん オレンジ		あわごはん ジャーマンポテト フレンチサラダ ミネストローネ バナナ		二穀ごはん 豚肉と大根の煮物 ひじきの炒め煮 春キャベツのみそ汁 いちご		麦ごはん 和風ハンバーグ かぶのゆかり和え あさりのみそ汁 バナナ		二穀ごはん 春野菜シチュー 人参ドレッシングサラダ 野菜ジュース ジューシーオレンジ	
午後おやつ	お茶 ロールケーキ		野菜ジュース せんべい・チーズ		味噌ラーメン		牛乳 米粉がんづき		チーズ めかぶうどん		ミニパン 牛乳	
栄養価	エネルギー:491	タンパク:17.7	エネルギー:464	タンパク:18.5	エネルギー:486	タンパク:16.3	エネルギー:445	タンパク:17.8	エネルギー:451	タンパク:21.1	エネルギー:509	タンパク:16.4
	脂質:20.9	食塩相当量:0.7	脂質:11	食塩相当量:1.9	脂質:15.3	食塩相当量:1.8	脂質:10.3	食塩相当量:1.3	脂質:14.4	食塩相当量:1.3	脂質:15.4	食塩相当量:1.5
日付	14日		15日 誕生会		16日		17日		18日		19日	
午前おやつ	ビスケット		牛乳		牛乳		せんべい		せんべい		せんべい	
昼食	古代米ごはん カレー麻婆 もやしのナムル あさりのスープ ジューシーオレンジ		春のそぼろ丼 シルバーサラダ 春野菜のスープ フルーツ盛り合わせ		麦ごはん 親子煮 磯辺和え 厚揚げのみそ汁 ジューシーオレンジ		むぎごはん 筍と豚肉の炒め物 ゴマドレサラダ カイワレ大根のスープ オレンジ		麦ごはん 高野豆腐のケチャップ煮 カレードレッシングサラダ かぶのみそ汁 ジューシーオレンジ		二穀ごはん 五目栄養納豆 ビーフン炒め じゃが芋のみそ汁 バナナ	
午後おやつ	牛乳 カルピスフレンチ		お茶 ケーキ		幼児牛乳 わかめチーズおにぎり		ココアプリン ビスケット		幼児牛乳 おからココアマフィン		牛乳 カステラ	
栄養価	エネルギー:456	タンパク:17.4			エネルギー:459	タンパク:20.8	エネルギー:495	タンパク:17.2	エネルギー:471	タンパク:16.8	エネルギー:528	タンパク:17.3
	脂質:14	食塩相当量:1.1			脂質:14.2	食塩相当量:1.2	脂質:19.1	食塩相当量:0.8	脂質:13.9	食塩相当量:1.1	脂質:13.5	食塩相当量:1.3
日付	21日		22日		23日		24日		25日		26日	
午前おやつ	バナナ		りんごジュース		ヤクルト		干し芋		ビスケット		せんべい	
昼食	麦ごはん 鶏肉の梅みそ焼き キャベツの塩昆布和え ｽｯﾌﾟｻﾝﾄﾞﾙのみそ汁 ジューシーオレンジ		あわごはん 筑前煮 わかめの酢みそ和え 油揚げのみそ汁 オレンジ		古代米ごはん 鮭の南部焼き 大根なます のりのみそ汁 バナナ		二穀ごはん 春野菜キッシュ 和風マリネ 豆苗のスープ いちご		きびごはん 豆腐春巻き 切干大根のナポリタン 大豆とワカメのスープ あまなつ		二穀ごはん ポトフ コーンサラダ 幼児牛乳 バナナ	
午後おやつ	牛乳 カルシウムラスク		ジョア バナナケーキ		お茶・チーズ 春キャベツパスタ		幼児牛乳 焼きそば		野菜ジュース チーズ ポップコーン		ヨーグルト 毎日果実	
栄養価	エネルギー:482	タンパク:18.9	エネルギー:476	タンパク:16.8	エネルギー:497	タンパク:21.7	エネルギー:458	タンパク:16.9	エネルギー:544	タンパク:16.9	エネルギー:502	タンパク:14.7
	脂質:13	食塩相当量:1.3	脂質:7.6	食塩相当量:0.9	脂質:11.4	食塩相当量:1.8	脂質:13.7	食塩相当量:1.1	脂質:17.3	食塩相当量:1.6	脂質:11.2	食塩相当量:1.1
日付	28日		29日		30日							
午前おやつ	せんべい				バナナ							
昼食	あわごはん アスパラと桜エビのかき揚げ おろし和え もずくのみそ汁 オレンジ		 昭和の日		きびごはん カレー風味つくね コールスローサラダ 山東菜のみそ汁 グレープフルーツ							
午後おやつ	お茶、昆布 よもぎ蒸しパン				牛乳 餃子皮ピザ							
栄養価	エネルギー:465	タンパク:16.8			エネルギー:465	タンパク:18.8						
	脂質:9.3	食塩相当量:1.8			脂質:12.4	食塩相当量:1						

※材料の都合等により変更になる場合があります。ご了承下さい。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
平均	483	17.6	13.7	1.3
基準値	467	17.0	14.0	1.5