

4月献立予定表(3歳以上児)

南楽子保育園
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															
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 鶏肉のくす煮丼 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		牛乳 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:576 脂質:19.5 食塩相当量:1.3	エネルギー:438 脂質:10.8 食塩相当量:1.1	エネルギー:514 脂質:13.2 食塩相当量:3	エネルギー:450 脂質:14.5 食塩相当量:2	エネルギー:633 脂質:20 食塩相当量:1.6															
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日															
昼食	きびご飯 豆腐のチーズリソット風 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 オレンジ	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 グレープフルーツ	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	牛乳 洋風おこし	牛乳 渦巻パイ	ジュア 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:619 脂質:26.4 食塩相当量:1.5	エネルギー:643 脂質:17.6 食塩相当量:1.6	エネルギー:625 脂質:23.9 食塩相当量:1.2	エネルギー:512 脂質:14.6 食塩相当量:1.4	エネルギー:722 脂質:29.4 食塩相当量:2	エネルギー:644 脂質:24.6 食塩相当量:1.2															
日付	14日	15日	16日お弁当献立	17日パステールランチ	18日	19日															
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	小魚せんべい りんごゼリー	ジュア チーズスティック	牛乳 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:458 脂質:9.2 食塩相当量:1.2	エネルギー:582 脂質:21.5 食塩相当量:1.6	エネルギー:588 脂質:17.8 食塩相当量:1.4	エネルギー:705 脂質:30.2 食塩相当量:0.8	エネルギー:588 脂質:15.5 食塩相当量:1.2	エネルギー:567 脂質:22.4 食塩相当量:1.4															
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															
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	牛乳 コロコロキャラメルラスク	牛乳 バナナケーキ	ミルクプリン 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:525 脂質:4.5 食塩相当量:1.7	エネルギー:615 脂質:22 食塩相当量:1.7	エネルギー:638 脂質:25.3 食塩相当量:1.6	エネルギー:403 脂質:7.5 食塩相当量:0.8	エネルギー:502 脂質:19.8 食塩相当量:1.2	エネルギー:582 脂質:21.2 食塩相当量:1.7															
日付	28日	29日	30日	【今月の栄養価】																	
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 スナップエンドウのみそ汁 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	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー(kcal)</th> <th>タンパク質(g)</th> <th>脂質(g)</th> <th>塩分(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>平均値</td> <td>568</td> <td>23</td> <td>17</td> <td>1.5</td> </tr> <tr> <td>目標値</td> <td>565</td> <td>23</td> <td>16</td> <td>1.6</td> </tr> </tbody> </table>				エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	塩分(g)	平均値	568	23	17	1.5	目標値	565	23	16	1.6
	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)				塩分(g)														
平均値	568	23	17	1.5																	
目標値	565	23	16	1.6																	
午後おやつ	お茶 五平餅		牛乳 カルピス蒸しパン																		
栄養価	エネルギー:576 脂質:18.3 食塩相当量:1.4		エネルギー:630 脂質:24.2 食塩相当量:1.3																		

※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、戸外等で食事を楽しまします。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

パステールランチ

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！