



4月の献立



H26. 4. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児添加食	おやつ	延長補食	栄養成分		ばん組 おやつ
						乳児	幼児	
1 15	火	スパゲティミートソース もやしのスープ さつま芋とりんごのバター煮、果物	茹で ブロッコリー	牛乳 和風ツナおこぎり	ごま塩こぎり	548, 18.5 14.9, 1.7	591, 19.1 16.2, 1.6	かじき 雑炊
2、16 30	水	ごはん、大根と油揚げの味噌汁 鮭の照り焼き、えび入り春雨サラダ、果物	さつまいもの バター煮	牛乳 マカロニのきなこ和え	おかめこぎり	547, 21.8 12.8, 1.4	555, 24.3 13.2, 1.6	たら 雑炊
3 17	木	カレーライス、わかめとちくわのスープ 大根とほたてのサラダ、果物	煮魚 (かじき)	牛乳 ラスク	梅干しこぎり	555, 22.2 16.8, 2.2	611, 23.3 17.6, 2.6	鮭雑炊
4 18	金	ごはん、人参と玉ねぎの味噌汁 銀だらの煮つけ、ひじきの和え物、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ジャムサンド	553, 17.6 21.1, 2.1	560, 17.1 19.9, 1.9	かぼちゃ 雑炊
5 19	土	チキンピラフ、ポテトスープ ブロッコリーとコーンのソテー、果物	大根の 甘煮	牛乳 あんぱん	—	574, 19.8 16.9, 2.0	588, 21.1 17.0, 2.6	野菜 雑炊
7 21	月	ごはん、マーボー豆腐 中華風コーンスープ、果物	かき揚げ	牛乳 甘辛団子	ふりかけこぎり	574, 20.3 18.7, 1.2	586, 22.1 17.9, 1.4	じゃがいも トマト煮
8 22	火	ぶどうパン、えのきともやしの野菜スープ 鮭のケチャップソース焼き、付け合せ、果物	りんごの コンポート	牛乳 ごまおこぎり	豚そぼろこぎり	552, 22.6 15.0, 1.5	561, 23.8 14.5, 1.8	味噌 雑炊
9 23	水	ごま塩ごはん、肉じゃが 豆腐となめこの味噌汁、果物	魚の いそげ揚げ	牛乳 ジャムロールパン	鮭こぎり	549, 21.3 15.7, 1.9	583, 21.4 14.5, 2.4	洋風 雑炊
10 24	木	ごはん、たららの香り揚げ 酢の物、かぼちゃの味噌汁、果物	人参の 甘煮	牛乳 チーズ入り蒸しパン	ゆかりこぎり	547, 19.0 15.9, 1.8	582, 20.2 16.2, 2.0	鶏そぼろ 雑炊
11	金	雑穀ごはん、あじのパン粉焼き 青菜の納豆和え、玉ねぎの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 いなりずし	ツナパン	588, 21.6 15.6, 1.9	601, 23.1 17.0, 2.2	しらす 雑炊
12 26	土	ソフトフランスパン、照り焼きチキン マッシュポテト、野菜スープ、果物	スティック チーズ	牛乳 おかめこぎり	—	539, 23.4 16.6, 2.4	578, 21.3 12.9, 2.4	野菜 雑炊
14 28	月	ごはん、豚肉のアップルスソース焼き 茹で野菜、大根と人参の味噌汁、果物	かぼちゃの バター煮	牛乳 フライドポテト	ふりかけこぎり	522, 18.5 18.1, 1.5	588, 21.1 18.4, 1.6	おかめ 雑炊
25	金	たけのこごはん、かじきのフライチーズ風味 アスパラとコーンのソテー、あさりの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 いなりずし	ツナパン	597, 23.3 17.2, 2.5	640, 26.0 19.1, 2.7	しらす 雑炊

延長補食には、上記のほか麦茶・果物が付きます。

*果物はりんご、清見オレンジ、いちごのローテーションでだします。

