



4月の献立



2019. 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	栄養エネルギー 蛋白質		
						乳児	幼児	
1 15	月	ごはん 鯖の味噌煮 豆腐とえのきのすまし汁 ほうれん草とコーンのナムル 果物	マカロニ ケチャップ煮	牛乳 大学芋	塩こんぶ にぎり	530 187 188 14	539 205 181 16	
2 16	火	焼きそば さつまいもとリンゴのバター煮 玉ねぎの味噌汁 果物	ウインナー ソテー	牛乳 鮭こぎり	豚そぼろ にぎり	536 193 193 17	624 213 179 18	
3 17	水	ごはん 豚肉のアップルソース焼 ゆで野菜 野菜スープ 果物	はすの 天ぷら	牛乳 白玉ゴマ味噌かけ	ごま塩 にぎり	538 189 177 16	576 210 165 19	
4 18	木	雑穀ごはん かじきのフライ 酢の物 大根と人参の味噌汁 果物	リンゴの 甘煮	牛乳 ジャムロールパン	ふりかけ にぎり	545 216 161 18	628 257 186 22	
5 19	金	ごま塩ごはん 肉じゃが キャベツと油揚げの味噌汁 果物	煮豆	牛乳 無添加菓子	ぶどうパン	581 186 198 18	622 212 211 22	
6 20	土	チキンピラフ ポテトスープ 果物 ブロッコリーとコーンのソテー	煮魚 (おひょう)	牛乳 クリームパン	—————	534 228 173 22	577 211 186 28	
8 22	月	ごはん 厚揚げの炒め物 大根の味噌汁 果物	じゃが芋の 甘煮	牛乳 豆乳ケーキ	おかか にぎり	575 188 187 11	645 212 219 14	
9 23	火	スパゲティミートソース 果物 キャベツとコーンのソテー もやしのスープ	煮魚 (かじき)	牛乳 ごまにぎり	鮭こぎり	554 188 186 11	586 183 171 12	
10 24	水	カレーライス わかめスープ 大根とツナのサラダ 果物	茹で ブロッコリー	牛乳 マカロニきな粉	茶めし にぎり	540 192 179 20	619 207 205 21	
11 25	木	ごはん 煮魚 ひじきの和え物 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	さつまいもの バター煮	牛乳 あんぱん	ふりかけ にぎり	549 210 118 18	567 234 118 20	
12	金	まぐろのそぼろ丼 煮豆 キャベツの味噌汁 果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 いなりずし	メープルパン	591 231 138 22	651 259 149 25	
13 27	土	キャベツとツナのスパゲティ 果物 さつまいもの甘煮 えのきともやしの野菜スープ	スティック チーズ	牛乳 おかかにぎり	—————	542 191 167 15	597 192 156 14	
26	金	筍ごはん さわらの味噌焼き 果物 アスパラの胡麻和え ちくわのすまし汁	豚肉の 竜田揚げ	牛乳 柏餅	メープルパン	536 263 188 26	610 266 171 30	4, 5歳児 お食事会

*都合によりメニュー、食材が変更になる場合があります

*延長補食には上記のほか麦茶が付きます

*今月のフルーツは、清見オレンジ、甘夏、リンゴのローテーションとなります

*26日(金)のおやつは、柏餅の他におせんべいが付きます

