



# 4月の献立



2021. 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	栄養量エネルギー	
						乳児	幼児
1 15	木	ごはん 鯖の味噌煮 ちくわのすまし汁 ほうれん草とえのきのお浸し 果物	かき揚げ	牛乳 人参蒸しパン	ふりかけ にぎり	546 197 167 15	509 222 151 18
2 16 30	金	ごはん 豚肉のアップルソース焼 茹で野菜 大根の味噌汁 果物	マカロニ ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ごまおにぎり	534 184 199 14	545 197 184 15
3 17	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	スティック チーズ	りんごジュース ジャムサンド	——	463 154 125 23	537 160 117 27
5 19	月	ごはん 鮭の照り焼 ひじきの和え物 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 和風スパゲティ	茶めしにぎり	552 225 164 18	588 261 140 22
6 20	火	ロールパン ポークビーンズ 野菜スープ 果物	ブロッコリー ソテー	牛乳 おかかにぎり	塩むすび	513 191 171 23	608 220 192 25
7 21	水	ごはん マーボー豆腐 春雨中華スープ 果物	ウインナー ソテー	牛乳 フライドポテト	ごま塩にぎり	537 181 226 13	570 196 206 14
8 22	木	まぐろのそぼろ丼 煮豆 果物 キャベツと油揚げの味噌汁	大根の 甘煮	牛乳 黒糖ラスク	ふりかけ にぎり	531 209 142 19	601 242 157 22
9	金	ごはん チンジャオロース もやしのスープ 果物	人参の 甘煮	牛乳 いなりずし	鯉こぎり	521 203 140 18	538 225 151 20
10 24	土	焼きうどん かぼちゃの甘煮 大根と人参の味噌汁 果物	煮魚 (おひょう)	麦茶 塩こんぶにぎり	——	374 138 59 25	305 114 69 29
12 26	月	ごはん かじきのフライチーズ風味 果物 小松菜と油揚げの煮浸し かぶとなめこの味噌汁	りんごの 甘煮	牛乳 マカロニカレー煮	鶏そぼろ にぎり	532 222 166 21	505 256 189 25
13 27	火	スパゲティミートソース キャベツとコーンのソテー えのきともやしの野菜スープ 果物	さつま芋の 甘煮	牛乳 ごまおにぎり	おかか にぎり	537 168 151 12	500 189 173 13
14 28	水	ごはん 煮魚 アスパラのごま和え じゃがいもの味噌汁 果物	煮豆	牛乳 ピザトースト	塩こんぶ にぎり	528 234 133 20	509 258 138 23
23	金	たけのこごはん さわらの味噌焼 あさりのスープ おかか和え 果物	マッシュ ポテト	牛乳 いなりずし	鯉こぎり	546 231 148 19	588 257 161 22

\*都合により、メニュー・材料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、りんごのローテーションとなります

