



4月の献立



2023. 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 蛋白質脂肪	
						乳児	幼児
1 15	土	キャベツとツナのスパゲティ 果物 さつまいもの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ	スティック チーズ	牛乳 塩こんぶにぎり	_____	485 186 180 18	516 180 17.1 17
3 17	月	ごはん 回鍋肉 わかめスープ 果物	生鮭の バター焼き	牛乳 スパゲティ ミートソース	ふりかけ にぎり	534 232 190 16	584 227 18.1 19
4 18	火	焼きそば さつまいものバター煮 大根の味噌汁 果物	煮魚 (かじき)	牛乳 ツナチャーハン	豚そぼろ にぎり	530 188 169 15	580 181 18.1 18
5 19	水	ごはん 厚揚げの炒め物 かぶとなめこの味噌汁 果物	ウインナー ソテー	牛乳 フライドポテト	茶めし にぎり	539 194 269 13	558 208 23.9 13
6 20	木	筍ごはん 鮭の照り焼き 豆腐とえのきの味噌汁 ほうれん草とコーンのナムル 果物	かぼちやの 天ぷら	牛乳 ジャム ロールパン	ごま おにぎり	518 218 189 20	551 252 17.1 25
7 21	金	ごま塩ごはん 肉じゃが 果物 キャベツと油揚げの味噌汁	かき揚げ	牛乳 のり巻き	おかか にぎり	537 193 139 21	551 212 12.1 24
8 22	土	野菜とウインナーのピラフ 果物 かぼちやの甘煮 野菜スープ	スティック チーズ	牛乳 ジャム ロールパン	_____	509 180 214 22	509 181 22.1 23
10 24	月	ごはん 生鮭の味噌焼 春雨サラダ 豆腐のスープ 果物	ジャーマン ポテト	牛乳 あんぱん	ふりかけ にぎり	541 232 159 09	557 254 14.6 10
11 25	火	ごはん マーボー豆腐 果物 えのきともやしの野菜スープ	大根の 甘煮	牛乳 豆乳ケーキ	鮭こぎり	523 188 196 14	619 220 23.1 17
12 26	水	ごはん かじきのフライ 酢の物 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 焼き芋	ごま塩 にぎり	524 187 147 20	555 199 14.8 17
13 27	木	ロールパン 野菜スープ 果物 ひき肉とマッシュポテトの重ね焼	りんごの コンポート	牛乳 じゃこおかか にぎり	塩こんぶ にぎり	519 178 170 18	551 199 18.4 21
14 28	金	ごはん 煮魚 かぼちやの味噌汁 キャベツとツナの甘酢和え 果物	ブロッコリー ソテー	牛乳 無添加菓子	さつまいも にぎり	505 197 196 16	553 214 20.0 16

*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、りんご、甘夏のローテーションとなります

