

4月の給食献立表

三歳以上児

つるた乳幼児園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|--|--|--|
| 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 |
| 入園・進級式 | | | 父母の役員会 | | |
| 豚すき焼き風煮 きゅうり味噌マヨ和え ゼリー 麦茶 | 豆乳味噌ラーメン かぼちゃの甘煮 ヨーグルト | 鯖塩焼き レンコンのきんぴら 味噌汁(なめこ) オレンジ | ポークカレー 大根サラダ 牛乳 | 鶏天 はんぺんスープ しらす納豆 | ご飯 ごはんですよ さつま汁 |
| せんべい 牛乳 | バナナ 牛乳 | フライドポテト 牛乳 | せんべい 野菜ジュース | ウエハース 牛乳 | クッキー 牛乳 |
| エネルギー 441Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 15.1g 炭水化物 39.4g 食塩相当量 2.9g | エネルギー 442Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 11.1g 炭水化物 68.5g 食塩相当量 2.8g | エネルギー 380Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 22.3g 炭水化物 34.2g 食塩相当量 1.6g | エネルギー 335Kcal たんぱく質 12.5g 脂質 11.6g 炭水化物 47.8g 食塩相当量 2.7g | エネルギー 451Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 24.0g 炭水化物 37.9g 食塩相当量 3.7g | エネルギー 394Kcal たんぱく質 15.6g 脂質 8.1g 炭水化物 60.1g 食塩相当量 2.9g |
| 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 |
| 非常災害訓練 | | | | | |
| 豆腐中華煮 サラスパサラダ ヤクルト | 煮干しラーメン 大豆サラダ ストロベリーヨーグルト | 赤魚の竜田揚げ 味噌汁(もやし) オレンジ | ビーフシチュー キャベツのサラダ 牛乳 | 鶏むね肉のマヨネーズ焼き 春雨中華和え 味噌汁(豆腐) 納豆 パイナップル | 具だくさん汁 鮭フレーク ご飯 |
| せんべい 牛乳 | バナナ 牛乳 | ウエハース 牛乳 | フランク オレンジジュース | ウエハース 牛乳 | クッキー 牛乳 |
| エネルギー 296Kcal たんぱく質 13.3g 脂質 14.5g 炭水化物 32.4g 食塩相当量 1.4g | エネルギー 438Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 13.7g 炭水化物 61.0g 食塩相当量 2.4g | エネルギー 301Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 10.4g 炭水化物 36.4g 食塩相当量 4.0g | エネルギー 404Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 24.9g 炭水化物 31.9g 食塩相当量 1.8g | エネルギー 465Kcal たんぱく質 23.7g 脂質 26.0g 炭水化物 37.6g 食塩相当量 3.6g | エネルギー 382Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 9.5g 炭水化物 52.0g 食塩相当量 2.9g |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 |
| 交通安全訓練 | | | | | |
| ひき肉入り卵焼き 味噌汁(大根) チーズ納豆 | 肉うどん ちくわきゅうり グレープヨーグルト | はんぺんフライ 白身魚フライ サラスパサラダ 味噌汁(じゃがいも) | キーマーカレー わかめサラダ いちご 牛乳 | 琥珀煮 マカロニサラダ 卵味噌 麦茶 | さつま汁 ご飯 ごはんですよ |
| クッキー 牛乳 | チョコバナナ 牛乳 | せんべい 牛乳 | ウエハース ジョア | クッキー 牛乳 | せんべい 牛乳 |
| エネルギー 354Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 17.1g 炭水化物 24.0g 食塩相当量 3.6g | エネルギー 415Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 10.0g 炭水化物 60.4g 食塩相当量 3.1g | エネルギー 338Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 13.5g 炭水化物 36.5g 食塩相当量 2.5g | エネルギー 410Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 18.1g 炭水化物 47.7g 食塩相当量 4.4g | エネルギー 370Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 16.3g 炭水化物 31.1g 食塩相当量 3.7g | エネルギー 352Kcal たんぱく質 15.2g 脂質 9.0g 炭水化物 52.2g 食塩相当量 1.4g |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 |
| | | | | 誕生会 | カバー・ズック洗濯日 子育て相談日 |
| 八宝菜 まっくろくろすけサラダ 麦茶 牛乳プリン | ナポリタン 卵スープ ヨーグルト | 鱈の紅葉揚げ 味噌汁(厚揚げ) オレンジ | クリームシチュー しらすサラダ 野菜ジュース | 鶏のから揚げ わかめスープ 塩むすび デザート | スープカレー ごはん 牛乳 |
| クッキー 牛乳 | 黒蜜きなこバナナ 牛乳 | せんべい 牛乳 | クラッカー 牛乳 | ウエハース ジョア | せんべい 牛乳 |
| エネルギー 345Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 12.4g 炭水化物 34.6g 食塩相当量 3.5g | エネルギー 491Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 20.9g 炭水化物 60.3g 食塩相当量 1.2g | エネルギー 336Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 18.2g 炭水化物 23.7g 食塩相当量 2.5g | エネルギー 344Kcal たんぱく質 14.4g 脂質 15.9g 炭水化物 37.0g 食塩相当量 0.7g | エネルギー 614Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 28.1g 炭水化物 64.5g 食塩相当量 3.8g | エネルギー 367Kcal たんぱく質 13.4g 脂質 14.2g 炭水化物 48.6g 食塩相当量 1.4g |
| 29日 | 30日 | <h2 style="color: red; text-align: center;">入園・進級おめでとうございます</h2> <p style="text-align: center;">新しい生活が始まるこの時期は、緊張や不安から体調を崩しがちになります。健康な体作りには生活リズムを整えることが大切です。『早寝・早起き・朝ごはん』朝ごはんをしっかり食べて登園しましょう！</p> <div style="text-align: center;">  ⇒  ⇒  </div> | | | |
| <div style="text-align: center;">  <p>昭和三の日</p> </div> | | | | | |
| <div style="text-align: center;">  <p>保育学校</p> </div> | | | | | |
| 親子そうめん ほうれん草と人参のごま和え ヨーグルト バナナ 牛乳 | | | | | |
| エネルギー 403Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 11.5g 炭水化物 57.9g 食塩相当量 3.0g | | | | | |