

4月の給食献立表

三歳未満児

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 |
| ソーセージ | パン 牛乳 | 人参スティック | バナナ | クラッカー 野菜ジュース | バナナ |
| 豚すき焼き風煮 きゅうり味噌マヨ和え ゼリー 麦茶 ご飯 | 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 ご飯 | ポークカレー 大根サラダ 牛乳 ご飯 | 鶏天 はんぺんスープ しらす納豆 ご飯 | 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 451Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 13.3g 炭水化物 51.2g 食塩相当量 2.4g | エネルギー 473Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 14.0g 炭水化物 69.2g 食塩相当量 2.5g | エネルギー 420Kcal たんぱく質 15.1g 脂質 18.2g 炭水化物 53.9g 食塩相当量 1.5g | エネルギー 406Kcal たんぱく質 12.2g 脂質 9.7g 炭水化物 69.9g 食塩相当量 2.2g | エネルギー 539Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 22.1g 炭水化物 87.1g 食塩相当量 2.9g | エネルギー 342Kcal たんぱく質 12.8g 脂質 6.6g 炭水化物 54.4g 食塩相当量 2.3g |
| 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 |
| ソーセージ | パン 牛乳 | 大根スティック | バナナ | ビスケット 牛乳 | バナナ |
| 豆腐中華煮 サラスパサラダ ヤクルト ご飯 | 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 ご飯 | ビーフシチュー キャベツのサラダ 牛乳 ご飯 | 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 ご飯 パイナップル | 貝だくさん汁 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 362Kcal たんぱく質 13.4g 脂質 12.9g 炭水化物 51.7g 食塩相当量 1.3g | エネルギー 443Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 15.0g 炭水化物 59.7g 食塩相当量 2.1g | エネルギー 354Kcal たんぱく質 15.9g 脂質 8.6g 炭水化物 54.8g 食塩相当量 3.3g | エネルギー 461Kcal たんぱく質 16.3g 脂質 20.3g 炭水化物 57.2g 食塩相当量 1.5g | エネルギー 562Kcal たんぱく質 23.7g 脂質 25.6g 炭水化物 62.1g 食塩相当量 3.0g | エネルギー 331Kcal たんぱく質 13.3g 脂質 7.7g 炭水化物 48.5g 食塩相当量 2.4g |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 |
| ソーセージ | アンパンマンミニスナック 牛乳 | 人参スティック | バナナ | ビスケット 牛乳 | バナナ |
| ひき肉入り卵焼き 味噌汁（大根） チーズ納豆 ご飯 | 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 ご飯 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 ご飯 | 琥珀煮 マカロニサラダ 卵味噌 麦茶 ご飯 | 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 404Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 14.9g 炭水化物 44.1g 食塩相当量 3.0g | エネルギー 417Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 11.7g 炭水化物 58.0g 食塩相当量 2.6g | エネルギー 359Kcal たんぱく質 17.0g 脂質 11.1g 炭水化物 49.3g 食塩相当量 2.3g | エネルギー 439Kcal たんぱく質 16.0g 脂質 14.8g 炭水化物 63.8g 食塩相当量 3.5g | エネルギー 453Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 17.2g 炭水化物 51.0g 食塩相当量 3.0g | エネルギー 308Kcal たんぱく質 12.5g 脂質 7.3g 炭水化物 48.1g 食塩相当量 1.1g |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 |
| ソーセージ | パン 牛乳 | さつまいもスティック | バナナ | クラッカー 野菜ジュース | バナナ |
| 八宝菜 まっくろくろすけサラダ 麦茶 ご飯 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 ご飯 | クリームシチュー しらすサラダ 野菜ジュース ご飯 | 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 379Kcal たんぱく質 16.6g 脂質 11.1g 炭水化物 48.2g 食塩相当量 3.0g | エネルギー 485Kcal たんぱく質 19.6g 脂質 20.8g 炭水化物 59.1g 食塩相当量 1.1g | エネルギー 376Kcal たんぱく質 16.7g 脂質 14.8g 炭水化物 43.9g 食塩相当量 2.0g | エネルギー 390Kcal たんぱく質 13.4g 脂質 13.0g 炭水化物 56.2g 食塩相当量 0.5g | エネルギー 530Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 23.8g 炭水化物 79.7g 食塩相当量 3.0g | エネルギー 320Kcal たんぱく質 11.1g 脂質 11.4g 炭水化物 45.2g 食塩相当量 1.1g |
| 29日 | 30日 | 給食作りへの思い | | | |
|  | パン 牛乳 | 給食室では、子どもたちへの愛情はもちろん、子どもの口に入るものを作るという重要な役割にやりがいと責任を感じて毎日作っています。栄養バランスや安全な食材選び、薄味の心がけ、食べやすい切り方、盛り付け、彩り・・・。 子どもたちの「おいしかったよ！」の声を励みに今年もがんばります！ | | | |
| | 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 410Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 13.0g 炭水化物 56.5g 食塩相当量 2.6g |  | | | |