

# 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
				父母の役員会	
		赤魚の甘煮 もずくスープ オレンジ	ハヤシライス 海藻サラダ ゼリー	照り焼きチキン 板麩のスープ たくあん納豆	豚汁 鶏そぼろ ごはん
		ビスケット 牛乳	ソーセージ 牛乳	じゃこ気分 ジョア	お菓子 牛乳
		エネルギー 273kcal たんぱく質 18.7g 脂質 8.6g 炭水化物 32.2g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 264kcal たんぱく質 14.7g 脂質 13.4g 炭水化物 25.9g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 355kcal たんぱく質 21.1g 脂質 13.3g 炭水化物 37.8g 食塩相当量 4.7g	エネルギー 277kcal たんぱく質 13.5g 脂質 8.7g 炭水化物 38.9g 食塩相当量 0.8g
		6日	7日	8日	9日
		非常災害訓練 内科健診			
肉じゃが はりはりサラダ 卵味噌 プリン	かき揚げうどん きゅうり味噌マヨ和え ヨーグルト	鯖のごま焼き 切り干し大根 味噌汁(じゃがいも) オレンジ	ポークカレー 大根サラダ 牛乳	豚バラ大根 きゅうりともずくの酢の物 パイナップル	さつま汁 納豆 ごはん
バナナ 牛乳	チーズかまぼこ 牛乳	フライドポテト 牛乳	カル鉄スティック 牛乳	プリン	お菓子 牛乳
エネルギー 368kcal たんぱく質 19.1g 脂質 12.9g 炭水化物 46.4g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 443kcal たんぱく質 19.0g 脂質 13.2g 炭水化物 62.9g 食塩相当量 3.3g	エネルギー 240kcal たんぱく質 11.4g 脂質 7.3g 炭水化物 38.1g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 363kcal たんぱく質 17.8g 脂質 19.6g 炭水化物 37.3g 食塩相当量 3.6g	エネルギー 160kcal たんぱく質 11.9g 脂質 2.1g 炭水化物 21.4g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 265kcal たんぱく質 11.9g 脂質 7.8g 炭水化物 39.6g 食塩相当量 0.6g
13日	14日	15日	16日	17日	18日
	交通安全訓練	大そうじ			
八宝菜 春雨中華和え ヤクルト	豆乳味噌ラーメン わかめの酢の物 ヨーグルト	鱈の紅葉揚げ 味噌汁(なす) オレンジ	ビーフシチュー キャベツとささみのサラダ 牛乳	豚の焼肉 生姜スープ ゼリー	具沢山卵スープ 鮭フレーク ごはん
バナナ 牛乳2	ソーセージ 牛乳	フルーチェ	ビスケット 牛乳	鉄ウエハース 野菜ジュース	お菓子 牛乳
エネルギー 368kcal たんぱく質 18.6g 脂質 10.4g 炭水化物 57.0g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 467kcal たんぱく質 28.0g 脂質 15.2g 炭水化物 61.1g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 207kcal たんぱく質 14.7g 脂質 4.2g 炭水化物 28.8g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 333kcal たんぱく質 17.7g 脂質 17.6g 炭水化物 30.7g 食塩相当量 1.0g	エネルギー 368kcal たんぱく質 15.0g 脂質 19.9g 炭水化物 36.4g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 272kcal たんぱく質 11.6g 脂質 10.2g 炭水化物 35.0g 食塩相当量 1.0g
20日	21日	22日	23日	24日	25日
		お花見会		誕生会	子育て相談日 かぼちゃ
ひき肉入り卵焼き めかぶ納豆 サラスパ和風サラダ お茶	ミートソース コンソメスープ ヨーグルト	お花見弁当 	麻婆豆腐 もやし中華和え 牛乳	鶏手羽中ハーフの甘辛揚げ ポテトサラダ わかめスープ ごま塩ごはん	カレーうどん チーズ
黒蜜きなこバナナ 牛乳	チーズ 牛乳	カルシウムせんべい 牛乳	いとこ煮 牛乳	お菓子 ジョア	お菓子 牛乳
エネルギー 350kcal たんぱく質 19.6g 脂質 16.2g 炭水化物 35.9g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 508kcal たんぱく質 23.4g 脂質 25.2g 炭水化物 54.2g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 120kcal たんぱく質 5.0g 脂質 5.4g 炭水化物 14.9g 食塩相当量 0.2g	エネルギー 374kcal たんぱく質 16.9g 脂質 16.3g 炭水化物 46.9g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 525kcal たんぱく質 17.5g 脂質 20.4g 炭水化物 68.4g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 269kcal たんぱく質 11.7g 脂質 11.5g 炭水化物 33.1g 食塩相当量 2.5g
27日	28日	29日	30日	<p>おいしいきゅうしょくを つくります!! よろしくおねがいします</p> 	
	保育学校		親子カレー レタスのりサラダ 牛乳		
琥珀煮 マカロニサラダ お茶 ゼリー	煮干しラーメン ちくわきゅうり ヨーグルト		お菓子 野菜ジュース		
黒蜜きなこバナナ 牛乳	鉄ウエハース 牛乳				
エネルギー 343kcal たんぱく質 17.9g 脂質 14.9g 炭水化物 38.1g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 532kcal たんぱく質 30.8g 脂質 15.2g 炭水化物 71.9g 食塩相当量 4.1g		エネルギー 342kcal たんぱく質 13.3g 脂質 17.7g 炭水化物 38.9g 食塩相当量 2.8g		

※場合によってメニューを変更することがあります。