



4月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2019年

日曜日	給食	おやつ	カロリー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
1 月	ふりかけごはん、鮭の塩焼き、切干大根煮、人参の甘煮、わかめの味噌汁、イチゴ	麦茶、フルーツゼリー、菓子	588	19.2	3.6
2 火	五目うどん、チキンの照り焼き、金時豆煮、きゅうりの和え物、バナナ	牛乳、クリームサンド	633	23	25.8
3 水	カレーライス、マカロニサラダ、トマト、たまごスープ、オレンジ	牛乳、大学芋	641	13.7	23.3
4 木	ゴマかけごはん、鯖の竜田揚げ、菜の花の和え物、生野菜、大根の味噌汁、はるみオレンジ	牛乳、ラスク	577	26.2	19.3
5 金	ロールパン、チキンのトマト煮、コールスローサラダ、茹でブロッコリー、新ごぼう入りスープ、イチゴ	牛乳、炒飯	547	21.4	18.7
6 土	二色ごはん、肉じゃが煮、トマト、豆腐の清汁、バナナ	麦茶、豆乳ケーキ	594	26.3	14.1
7 日					
8 月	もやしラーメン、ちくわの肉巻、大根サラダ、トマト、ヨーグルト	麦茶、茶飯、菓子	647	27.1	12.1
9 火	ゴマかけごはん、鯖の西京焼き、大豆入りひじき煮、ブロッコリーサラダ、新キャベツの味噌汁、バナナ	牛乳、フライドポテト	575	26.2	17.7
10 水	チューリップごはん、松風焼、茹でスナップ、さつま芋の甘煮、野菜スープ、イチゴ	牛乳、ヨーグルトケーキ	625	21.2	14.7
11 木	トマトスパゲティ、アスパラ入りジャーマンポテト、カニカマサラダ、もやしスープ、オレンジ	麦茶、きつねおにぎり	558	18.8	14.8
12 金	お祭りメニュー(赤飯、天ぷら、煮物、たくわん、わかめと麩の清汁、イチゴ)	麦茶、プリンアラモード	580	19.5	14.3
13 土	けんちんうどん、かぼちゃのいとこ煮、トマト、バナナ	麦茶、鮭おにぎり	611	22.9	13.7
14 日					
15 月	ごはん、鯖の塩焼き、ウド入り金平牛蒡、シェルマカロニサラダ、大根の味噌汁、バナナ	麦茶、寒天よせ	530	20.3	15.4
16 火	ジャジャ麺、しらす入り豆腐サラダ、ほうれんそう入りスープ、イチゴ	牛乳、揚げパン	623	23.6	21.1
17 水	ハヤシライス、中華サラダ、粉ふき芋、コーンスープ、オレンジ	牛乳、ギョーザピザ	580	14.5	20.2
18 木	レーズンロール、アスパラ入りグラタン、イタリアンサラダ、オニオンスープ、バナナ	麦茶、炊きこみごはん	550	17.5	24.8
19 金	グリーンピースごはん、あじフライ、ポテトサラダ、わかめの酢の物、厚揚げ入り味噌汁、イチゴ	牛乳、蒸しパン	594	26.5	16
20 土	豚丼、ツナサラダ、トマト、竹輪入り清汁、オレンジ	麦茶、くるくるパン	616	24.7	19.8
21 日					
22 月	ロールパン、アメリカンハンバーグ、人参サラダ、わかめパスタ添え、レタススープ、ゼリー	麦茶、味噌おにぎり	654	22.4	20
23 火	カレーうどん、ししゃも焼き、虎豆煮、ブロッコリーの和え、イチゴ	麦茶、フルーツヨーグルト	546	22.9	16.8
24 水	鶏そぼろごはん、じゃがいもの洋風煮、蚕豆入りサラダ、わかめスープ、オレンジ	麦茶、ポップコーン	572	15.6	13.6
25 木	誕生日会(ふりかけごはん、ヒレカツ、ハムサラダ、マッシュポテト、春雨スープ、バナナ)	麦茶、ワッフル	606	18.7	17.3
26 金	お節句ランチ(筍ごはん、鯖の照り焼き、炒り豆腐、小松菜の味噌汁、イチゴ)	麦茶、手作り柏餅	603	29.9	15.6
27 土	親睦会				
28 日					
29 月	昭和の日				
30 火	即位の日				

今月の平均 3~5歳児 エネルギー576kcal たんぱく質 21.2g 脂質 16.7g 塩分 2.6g

★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

