



4月の献立表

平成31年4月 下矢作保育園

	献立名	おやつ(3時)	血、肉、骨を作る食品	熱、力の元になる食品	体調を整える食品	未満児
1 (月)	手作り弁当					
2 (火)	手作り弁当					
3 (水)	手作り弁当					
4 (木)	入園式					
5 (金)	カレー スパゲティーサラダ 菜の花の清汁 いちご	ヨーグルト せんべい	豚肉 卵 ヨーグルト	じゃが芋 スパゲッティ マヨネーズ 油 米	玉葱 人参 パセリ キャベツ きゅうり みかん缶 しめじ	ごはん
6 (土)	挽肉そぼろ 炒り卵 青菜のお浸し 豆腐の味噌汁 バナナ		豚挽肉 卵 かつお節 豆腐	砂糖 油 米	人参 玉葱 ほうれん草 ねぎ バナナ	ごはん
8 (月)	シチュー ウィナーソテー ブロッコリーサラダ ミニトマト	オレンジゼリー せんべい	鶏肉 ウィナー 卵 牛乳	小麦粉 パター じゃが芋 油 砂糖 小麦粉 米	玉葱 人参 ピーマン りんご ブロッコリー ミニトマト	ごはん
9 (火)	マーボトーフ 拌三条 ささみスープ オレンジ	ホットケーキ 牛乳	豆腐 豚挽肉 卵 ハム ささみ 牛乳	片栗粉 春雨 砂糖 小麦粉 パター 米	ねぎ 人参 干椎茸 ピーマン きゅうり キャベツ オレンジ	ごはん
10 (水)	ひじき卵 切干サラダ もやしの味噌汁 いちご	しょうゆ団子 牛乳	卵 豚挽肉 ハム チーズ 牛乳	じゃが芋 油 マヨネーズ 上新粉 砂糖 米	ひじき 人参 いんげん 玉葱 切干大根 きゅうり もやし	ごはん
11 (木)	煮魚 油揚げと青菜の煮浸し 豚汁 バナナ	スウィートポテト 牛乳	魚 油揚げ 豚肉 豆腐 卵 牛乳	じゃが芋 油 さつま芋 砂糖 パター 米	ほうれん草 人参 もやし 大根 ごぼう ねぎ バナナ	ごはん
12 (金)	鶏みそ焼き わかめサラダ 五目スープ オレンジ	ジャムサンド 牛乳	鶏肉 ハム 豚肉 いか 牛乳	食パン マーガリン 米	わかめ キャベツ 人参 もやし 白菜 ねぎ 干椎茸	ごはん
13 (土)	手作り弁当					
15 (月)	さつま芋入り卵焼き マカロニツナサラダ 豆腐と青菜の味噌汁 キウイ	白玉団子黒みつかけ 牛乳	チーズ 卵 ツナ缶 豆腐 牛乳	さつま芋 マカロニ 砂糖 マヨネーズ 白玉粉 米	玉葱 人参 きゅうり ほうれん草 えのき茸 キウイ	ごはん
16 (火)	つくね焼き みそドレッシングサラダ 五目うどん バナナ	ドーナツ 牛乳	鶏挽肉 卵 ハム かまぼこ 油揚げ	パン粉 ごま油 うどん 小麦粉 パター 油	玉葱 キャベツ きゅうり 人参 ねぎ バナナ	ごはん
17 (水)	鶏からあげ カリフラワーのサラダ 野菜ミルクスープ いちご	クッキー 牛乳	鶏肉 ハム 卵 チーズ 牛乳	片栗粉 油 マカロニ マヨネーズ パター 小麦粉	カリフラワー 人参 きゅうり キャベツ 玉葱 セロリ	ごはん
18 (木)	肉じゃが ピーナッツ和え 大根汁 オレンジ	なべやき 牛乳	豚肉 油揚げ 牛乳	じゃが芋 小麦粉 砂糖 黒砂糖 油 米	玉葱 人参 いんげん 干椎茸 キャベツ きゅうり	ごはん
19 (金)	えびグラタン 三色ソテー 春雨スープ ミニトマト	フルーツゼリー せんべい	ムキエビ ベーコン チーズ 卵	マカロニ 小麦粉 パター 油 春雨 砂糖 米	人参 玉葱 ピーマン しめじ にら もやし 干椎茸	ごはん
20 (土)	変り納豆 かぼちゃの含め煮 青菜の味噌汁 バナナ		納豆 豚挽肉 ハム	砂糖 米	キャベツ きゅうり 人参 小松菜 玉葱 ねぎ 南瓜	ごはん
22 (月)	肉豆腐 チーズサラダ 南瓜の味噌汁 オレンジ	人参バターケーキ 牛乳	豆腐 豚肉 チーズ 卵 牛乳	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 小麦粉 パター	人参 ねぎ きゅうり 南瓜 オレンジ	ごはん
23(火) お誕生会	五目ぶかし 魚の照り焼き かにの酢物 若筍スープ いちご	ケーキ 牛乳	油揚げ 鶏肉 魚 カニ缶 豆腐 牛乳	もち米 砂糖	ごぼう 人参 干椎茸 くるみ 筍 きゅうり わかめ	もち米
24 (水)	親子煮 いんげんのごま和え じゃが芋の味噌汁 バナナ	くるみゆべし 牛乳	鶏肉 卵 豆腐 牛乳	じゃが芋 白玉粉 上新粉 黒砂糖 米	玉葱 キャベツ 人参 干椎茸 小松菜 いんげん ねぎ	ごはん
25 (木)	中華のローストチキン アスパラサラダ ワンタンスープ ミニトマト	カルピスゼリー せんべい	鶏肉 卵 豚肉 牛乳	マヨネーズ わんたん 砂糖 米	ねぎ 生姜 きゅうり 人参 アスパラガス 筍 もやし	ごはん
26 (金)	豚肉のみそ炒め じゃが芋のきんぴら かきたま汁 オレンジ	ハムサンド 牛乳	豚肉 卵 なんと ハム チーズ 牛乳	じゃが芋 油 食パン マーガリン 米	玉葱 人参 小松菜 ねぎ ピーマン ほうれん草 キャベツ	ごはん
27 (土)	はんぺんのチーズ焼き コーンサラダ わかめスープ ミニトマト		はんぺん チーズ 卵	ごま油 砂糖 米	大根 人参 きゅうり えのき茸 コーン わかめ キャベツ	ごはん
29 (月)	昭和の日					
30 (火)	退位の日					



ご入園、進級おめでとうございます。
こどもたちの健やかな成長を願いながら
給食を作っていきます。今年度もよろしく
お願い致します。

大和田・熊谷



～今月の一平均栄養所要量～

	未満児	以上児
エネルギー	539 kcal	424 kcal
たんぱく質	19.4 g	18.3 g
脂 肪	17.9 g	18.2 g

