

4月予定献立表



下矢作保育園

	月	火	水	木	金	土
未満児 主 食 副 食	栄養摂取量 未満児の保育園における1日の栄養給与目標量は エネルギー460kcal、たんぱく質20g、脂質10～15gです 未満児は完全給食なので目標値&予定値の数字にはご飯の栄養量も含まれています。		今月の1日平均栄養摂取量 エネルギー : 543kcal たんぱく質 : 19.3g 脂 肪 : 18.7g		3 入園式 お祝い品があります 	4 ごはん ・挽肉そぼろ ・炒り卵 ・青菜のお浸し ・豆腐のみそ汁 ・いちご
おやつ						
未満児 主 食 副 食	6 ・カレー ・マカロニサラダ ・わかめスープ ・いちご	7 ごはん ・マーボー豆腐 ・中華風サラダ ・キャベツのスープ ・ミニトマト	8 ごはん ・変り納豆 ・かぼちゃの甘煮 ・しめたま汁 ・キウイフルーツ	9 ごはん ・煮魚 ・青菜の煮びたし ・白菜のみそ汁 ・バナナ	10 ごはん ・ツナとチーズの卵焼き ・もやしの炒め物 ・凍り豆腐のみそ汁 ・オレンジ	11 手作り弁当の日 ・牛乳
おやつ	・ヨーグルト ・せんべい	・ホットケーキ ・牛乳	・ジャムサンド ・牛乳	・しょうゆ団子 ・牛乳	・ココアゼリー ・せんべい	
未満児 主 食 副 食	13 ごはん ・シチュー ・ウィンナーソテー ・ブロッコリーの ごま和え ・バナナ	14 ごはん ・鶏からあげ ・オーロラサラダ ・かぶのみそ汁 ・ミニトマト	15 ごはん ・豆腐の ドライカレー ・わかめサラダ ・きのこのスープ ・オレンジ	16 ごはん ・ベーコンエッグ ・ほうれん草のサラダ ・なめこ汁 ・いちご	17 ごはん ・魚の照り焼き ・ひじきの炒り煮 ・吉野汁 ・バナナ	18 ごはん ・豚肉のみそ炒め ・スパゲティソテー ・はんぺんスープ ・キウイフルーツ
おやつ	・ドーナツ ・牛乳	・フルーツヨーグルト ・せんべい	・卵サンド ・牛乳	・カルピスゼリー ・せんべい	・さつま芋入りおもろ ・牛乳	
未満児 主 食 副 食	20 ごはん ・生姜焼き ・人参グラッセ ・マッシュポテト ・春雨スープ ・キウイフルーツ	21 ごはん ・マカロニグラタン ・ツナサラダ ・南瓜のみそ汁 ・ミニトマト	22 しらすごはん ・肉豆腐 ・ごまもやし ・大根汁 ・バナナ	23 お誕生会 ・焼きそば ・エビフライ ・ポテトサラダ ・菜の花の清汁 ・いちご 	24 ごはん ・親子煮 ・豚肉の炒め物 ・わかめのみそ汁 ・オレンジ	25 ごはん ・ハムピカタ ・いんげんのごま和え ・しめじのみそ汁 ・バナナ
おやつ	・バナナケーキ ・牛乳	・オレンジゼリー ・せんべい	・大学いも ・牛乳	・ケーキ ・牛乳	・フルーツサンド ・牛乳	
未満児 主 食 副 食	27 ごはん ・ハンバーグ ・三色サラダ ・かきたま汁 ・いちご	28 ごはん ・肉じゃが ・ブロッコリーのお浸し ・卵スープ ・バナナ	29 昭和の日 	30 ごはん ・サバのみそ煮 ・切干大根 和風サラダ ・五目うどん ・キウイフルーツ ・フライドポテト ・牛乳	おめでとう!! ご入園・ご進級 おめでとうございます 子どもたちは、これから園で会うお友達や先生に、胸をときめかせていることでしょう。 体調を崩すこともあると思います。 でも、なんでもモリモリ食べ、 体調を整え、元気に保育園に来て くださいね。 保護者の方々のご協力お願い 致します。	
おやつ	・白玉団子黒みつかけ ・牛乳	・クッキー ・牛乳				

快食・快眠・快便

朝食をしっかり食べると
 “うんち” がでやすくなって、
 1日を元気に過ごせます。
 規則正しい生活リズムを
 身につけて元気な体を作って
 行きましょう！



朝食は必ず
 摂らせて下さい

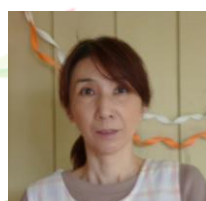
1年間よろしくお願いします

おしらせ

4日から給食が始まります。
 未満児は完全給食なので、ごはん&お箸等の
 準備は必要ありません。
 土曜日も同じように給食があります。

未満児は午前中に(9時30分頃)牛乳・ヨーグルト・
 バナナ等おやつの時間があります。

離乳食は家庭と連絡を取りながら
 進めて行きたいと思っています
 のでよろしくお願いいたします。



高橋 恵です



菅野 美加です

おねがい



毎月第2土曜日は手作り弁当
 の日です
 お弁当の準備をお願いします
 ※行事・曜日配列等により
 多少の変更があります