

R7年度 4月 こんだて表

天昌寺保育園

月		火	水	木	金	土
 <p>4月の予定</p> <p>◎16日・・・誕生会 完全給食です。以上児さんの主食はいりません。</p> <p>◎17日・・・はらぺこ会 たまねぎ組対象です。</p> 	1	2	3	4	5	
	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	(チャーハン)	
	チーズミートローフ 青菜ソテー マカロニサラダ きのこスープ	親子煮 ジャーマンポテト ゆかり和え 白菜と油揚げ の味噌汁	鯖のトマトソース 炒めうどん さつまいもサラダ わかめスープ	すき焼き風煮 南瓜の天ぷら 浅漬け 玉ねぎときのこの味噌汁	肉団子スープ 果物 (おにぎりの日)	
	クッキー 果物・牛乳	ヨーグルトケーキ 果物・牛乳	クッパ 果物	ごまトースト 果物・牛乳	ジャムサンド 果物・牛乳	
	475/22.5/28.0/2.2	464/17.9/21.8/2.5	399/16.7/17.2/2.3	486/20.4/19.4/2.3	419/21.3/20.7/0.9	
454/20.9/25.3/1.9	519/18.3/19.6/2.2	428/18.0/19.0/2.2	535/19.9/17.6/1.6	422/20.0/18.7/1.0		
6	7	8	9	10	11	12
牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳・ごはん	(きのこごはん)
華風玉子焼き ビーフン炒め ひじきサラダ 白菜と白玉麩 の味噌汁	タンドリーチキン さつまいもバター煮 バンバンジー 根菜スープ	ホッケの塩焼き すき昆布の煮物 中華和え キャベツと人参 の味噌汁	豆腐のぼつとん揚げ マカロニカレーソテー ブロッコリーサラダ 卵スープ	レバーの甘辛煮 きんぴらごぼう おかか和え 大根とふのりの味噌汁	ワンタンスープ 果物 (おにぎりの日)	
甘納豆蒸しパン 果物・牛乳	いなり寿司 果物・牛乳	バナナケーキ 果物・牛乳	アメリカンドッグ 果物・牛乳	ピザトースト 果物・牛乳	あんぱん 果物・牛乳	
415/21.6/15.6/1.1	448/20.9/17.7/2.0	398/22.2/17.6/2.5	533/23.5/28.0/2.3	391/20.1/15.1/2.3	391/17.2/15.5/0.5	
478/20.8/14.5/1.0	429/19.7/16.9/1.9	463/21.2/15.8/2.0	499/21.8/25.5/2.1	458/19.4/14.2/1.8	470/19.8/17.8/0.7	
13	14	15	16	17	18	19
牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳	牛乳	牛乳・パン	牛乳・ごはん	(枝豆ご飯)
鶏のさっぱり煮 たけのこみそ炒め 磯辺和え もやしと油揚げ の味噌汁	白身魚のフライ きのこスパゲティ わかめのツナ和え 豆腐スープ	ハヤシライス ハンバーグ コールスローサラダ ベーコンスープ ゼリー	チキンスキムナゲット 厚揚げミートソース 切り干し大根サラダ 野菜スープ	肉じゃが かき揚げ ごま和え 玉ねぎとわかめ の味噌汁	けんちん汁 果物 (おにぎりの日)	
スイートポテト 果物・牛乳	小松菜チーズマフィン 果物・牛乳	ミルクサンド 果物・牛乳	ラーメン 果物	お好みマカロニ 果物・牛乳	ヨーグルト 果物・ごませんべい	
425/21.2/19.3/2.0	458/24.5/20.3/1.0	683/27.8/22.5/2.3	409/20.6/15.9/2.2	450/16.7/20.5/1.8	356/16.1/13.7/1.1	
485/20.6/17.4/1.6	439/22.7/19.0/1.1	572/23.7/19.5/1.8	436/21.1/17.7/2.2	505/17.3/18.3/1.4	429/18.1/15.3/1.8	
20	21	22	23	24	25	26
牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳・ごはん	牛乳・パン	牛乳	牛乳	(炊き込みご飯)
煮魚 切り干し大根の煮物 かりぼり 豆腐となめこの味噌汁	ハムのピカタ 焼きそば ナムル きのこスープ	ぎせい豆腐 おでん風煮 わかめの酢の物 じゃがいもと油揚げ の味噌汁	メンチカツ ポークビーンズ スパゲティ華風サラダ 卵スープ	(ピラフ) チャウダー 果物 (おにぎりの日)	豚汁 果物 (おにぎりの日)	
さつまいも蒸しパン 果物・牛乳	きつねおにぎり 果物・牛乳	マヨコーントースト 果物・牛乳	もちもちぱん 果物・牛乳	こっぺぱん 果物・牛乳	バウムクーヘン 果物・牛乳	
441/23.4/12.3/2.3	408/21.8/15.1/1.7	514/22.6/23.8/2.3	535/29.3/27.2/1.8	436/16.3/18.5/0.4	440/15.3/23.4/1.0	
501/22.5/12.1/1.8	399/20.6/15.1/1.6	557/21.5/21.2/2.1	501/26.0/24.6/1.6	500/18.3/17.7/0.8	474/16.1/21.6/1.3	
27	28	29	30			
牛乳・ごはん		牛乳・ごはん	牛乳・ごはん		1児午前牛乳・主食	保育園の目標 栄養価 (左から) エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)
マーボー豆腐 南瓜の小倉煮 五目和え 大根と人参 の味噌汁		鮭の南部焼き 筑前煮 なめたけ和え 白菜ときのこの味噌汁	ワニタンチップス 果物・牛乳		おかず	
がんづき 果物・牛乳					汁物	
473/20.3/16.7/2.9			382/21.6/15.9/2.3		午後のおやつ	
523/20.2/15.5/2.3			453/20.9/14.9/1.8			
					以上児栄養価	490/20.0/19.0/1.7
					未満児栄養価	490/180/16.0/1.5

★都合により献立を変更することがあります。