



4月給食献立予定表

令和5年度わかば・わかばみや保育園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
3	月	オレンジチキン トマトサラダ なめこの味噌汁	ヨーグルトケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鶏肉、ヨーグルト 卵、みそ	米、上白糖、マーガリン 油、ごま、とうもろこし	トマト、たまねぎ、きゅうり、みかんジュース みかん缶、なめこ、葉ねぎ にんにく	468	入園、進級おめでとう ございます、一年間 よろしくお願ひします★
							585	
4	火	五目うどん ちくわの磯部揚げ オレンジ	焼きおにぎり <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、ちくわ、鶏肉	米、てんぷら粉 うどん	オレンジ、はくさい、にんじん、小松菜 ねぎ、干しいたけ、あおのり	329	ちくわの磯部揚げは 育のりの香りが良く 食べやすいです☆
							411	
5	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	バナナ <small>(バナナ)</small>	牛乳、豚肉、ハム	じゃがいも、米、油	バナナ、たまねぎ、きゅうり、にんじん らっきょう、りんご、グリーンピース レモン果汁	501	
							626	
6	木	鮭の塩焼き ポテトサラダ たまねぎのみそ汁	せんべい <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、鮭、みそ、油揚げ	米、じゃがいも、マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、葉ねぎ	382	
							477	
7	金	マーボー豆腐 ブロッコリーのおかか和え わかめスープ	パウムクーヘン <small>(赤ちゃんボーロ)</small>	牛乳、木綿豆腐、豚肉 みそ、かつお節	米、上白糖、片栗粉、ごま油	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、ねぎ 干しいたけ、わかめ、にんにく、しょうが	412	
							515	
10	月	食パン(以上児)ごはん(未満児) ツナとマカロニのグラタン オニオンスープ ゼリー	ホットケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、ツナ、卵 バター、ハム、粉チーズ	米、食パン、ホットケーキ粉 マカロニ、メープルシロップ とうもろこし	たまねぎ、にんじん、パセリ	556	
							695	
11	火	さばのケチャップ煮 ツナサラダ 花麩のすまし汁	ビスコ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、さば、ツナ	米、マヨネーズ、焼き麩、上白糖	キャベツ、きゅうり、えのきたけ、たまねぎ 葉ねぎ	391	かわいい花麩のすまし汁 は春らしい色合いです★
							489	
12	水	すき焼き風煮込み たたききゅうり キャベツの味噌汁	ビスケット <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、焼き豆腐、豚肉、みそ 油揚げ	米、上白糖、ごま油	きゅうり、はくさい、たまねぎ、キャベツ ねぎ、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ	418	
							523	
13	木	魚のムニエル 野菜サラダ えのきともやしのスープ	もちもちチーズパン <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、しいら、鶏肉 粉チーズ、バター	米、白玉粉、上白糖 油、とうもろこし	きゅうり、キャベツ、もやし えのきたけ、にんじん、葉ねぎ	421	
							526	
14	金	ハンバーグ 粉ふき芋 レタススープ	豆腐ドーナツ <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、豚肉、鶏肉、木綿豆腐 鶏卵、ベーコン	米、じゃがいも、ホットケーキ粉 、パン粉、油、上白糖 グラニュー糖	たまねぎ、レタス、にんじん、あおのり	488	
							610	
17	月	ひじき入りオムレツ たけのこサラダ 大根の味噌汁	コーンフレーククッキー <small>(赤ちゃんボーロ)</small>	牛乳、鶏卵、バター、鶏肉 みそ、ハム、油揚げ	米、コーンフレーク 上白糖、マヨネーズ、油	たまねぎ、大根、にんじん、きゅうり たけのこ、葉ねぎ、グリーンピース、ひじき	710	栄養たっぷりな ひじき入りオムレツ!! 旬の苺サラダもお楽しみに!
							887	
18	火	魚の照り焼き ひじき煮 キャベツの味噌汁	ごまポッキー <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、めかじき、大豆 みそ、油揚げ	米、上白糖、マーガリン 黒ゴマ、油	キャベツ、にんじん、いんげん、葉ねぎ ひじき、わかめ	432	
							540	
19	水	スパイシーチキン 中華サラダ かきたま汁	せんべい <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、鶏肉、鶏卵、ハム	米、上白糖、ごま油 ごま、油	もやし、きゅうり、にんじん、えのきたけ ねぎ、りんご果汁、にんにく、しょうが	442	
							553	
20	木	魚のマヨネーズ焼き カレー金平 キャベツスープ	みかんケーキ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、しいら、ハム	米、じゃがいも、ホットケーキ粉 マヨネーズ、油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、みかん缶 みかんジュース、ピーマン、パセリ	448	みかんケーキは大人気です!
							560	
21	金	愛情弁当						
24	月	厚揚げのミートソース煮 磯和え たまねぎの味噌汁	ちんすこう <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、厚揚げ、豚肉、みそ	米、油、三温糖、上白糖 とうもろこし	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん グリーンピース、わかめ、 焼きのり	499	
							624	
25	火	魚の味噌煮 ほうれん草のごま和え 豆腐のすまし汁	スティックパン <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、さば、木綿豆腐、みそ	米、スティックパン、上白糖 ごま	ほうれんそう、にんじん、葉ねぎ、しょうが	425	
							531	
26	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	ビスケット <small>(赤ちゃんボーロ)</small>	牛乳、豚肉、ハム	米、じゃがいも、油	たまねぎ、きゅうり、にんじん、らっきょう りんご、グリーンピース、レモン果汁	386	
							483	
27	木	お楽しみ給食	お楽しみおやつ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、黒はんぺん	米、上白糖	きゅうり、にんじん、みかん缶、ねぎ わかめ	358	今年度のお楽しみは日本の 県のお料理です! 今月はどこのお県かな?
							448	
28	金	肉団子と春雨のスープ煮 キャベツとツナのサラダ ヨーグルト	メロンパンクッキー <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、ヨーグルト、豚肉 ツナ、鶏卵、無塩バター	米、ホットケーキ粉、はるさめ パン粉、上白糖	たまねぎ、キャベツ、はくさい、きゅうり にんじん、いんげん、干しいたけ レモン果汁	491	
							614	

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

