



4月の献立



R4年度

新町かぜいろ
こども園

献立名			未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネ ルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
						上段...以上児/下段...未満児			
1	金	ごはん 肉じゃが きんぴらサラダ キウイフルーツ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 星たべよ・チョコイス	米/豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・白 滝・いんげん/牛蒡・人参・きゅうり・蓮 根	722 603	19.5 16.1	1.4 1.1	
2	土	ごはん カレイのつけ焼き ブロッコリーの中華和え けんちん汁 オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 ベジたべる	米/カレイ/ブロッコリー・カリフラワー・ コーン/豆腐・油揚げ・大根・人参・牛 蒡・蒟蒻・浅葱	428 394	20.4 18.8	1.4 1.3	
3	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 クラッカー	りんごジュース ロールケーキ				
4	月	ごはん 回鍋肉 じゃこサラダ バナナ	お茶 小魚	牛乳 ブラウニー	米/豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人参・ しめじ・キャベツ・ピーマン/しらす・小 松菜・もやし・ほうれん草	547 473	21.2 21.7	1.3 1.6	
5	火	ごはん 鮭の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁 チーズ	牛乳 バナナチップ	豆乳 マドレーヌ	米/鮭/鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉 葱・いんげん/豆腐・小松菜・玉葱・わ かめ	561 522	25.9 25.8	1.7 1.4	
6	水	パスタ ナポリタン キャベツの塩ナムル グレープフルーツ	お茶 おせんべい	牛乳 チーズおかかおにぎり	スパゲティ・ウインナー・エリンギ・ 玉葱・ピーマン/もやし・キャベツ・人 参・きゅうり	718 610	26.7 22.1	2.1 1.8	
7	木	ごはん カツオフライ きんぴら お吸い物 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 チョコチップスコーン	米/カツオフライ/大豆・竹輪・牛蒡・人 参・蓮根・いんげん/大根・人参・椎 茸・菜の花	557 497	24.4 23.8	1.5 1.5	
8	金	ごはん ★豚丼 春雨サラダ キウイフルーツ	お茶 クラッカー	牛乳 カルシウムトースト	米/豚肉・にんにく・生姜・人参・玉葱・ キャベツ・白滝・浅葱/ハム・春雨・ きゅうり・人参・もやし・コーン	533 473	22.8 19.2	1.5 1.3	
9	土	ごはん 塩唐揚げ ほうれん草のナムル 野菜スープ ゼリー	お茶 バナナチップ	牛乳 メープルマフィン	米/鶏肉・生姜・にんにく/ほうれん 草・もやし・人参/大根・人参・椎茸	525 432	22.4 18.2	1.7 1.4	
10	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	牛乳 りんごタルト				
11	月	ごはん すき焼き風煮 かぼちゃサラダ グレープフルーツ	お茶 バナナチップ	牛乳 ベリーチーズ蒸しパン	米/豚肉・豆腐・白菜・長葱・人参・椎 茸・白滝/さつま芋・南瓜・きゅうり・ コーン	577 473	19.6 15.9	0.8 0.7	
12	火	ごはん 鱈の西京焼き ひじきの甘煮 豆乳スープ キウイフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 イースターカップケーキ	米/鱈/大豆・ひじき・人参・蓮根・絹さ や/白菜・大根・人参・しめじ	576 517	21.5 21.1	1.5 1.5	
13	水	チャー ハン メンチカツ キャベツの中華サラダ オレンジ	お茶 おせんべい	牛乳 お祝いクレープ	米・にんにく・焼き豚・長葱・椎茸・筍・ ニラ/メンチカツ/キャベツ・人参・きゅ うり・わかめ/鶏卵・コーン・小松菜	588 506	20.1 16.9	3 2.5	
14	木	ふり かけ 肉団子のトマト煮 コールスロー バナナ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 ポテト春巻き	米・ふりかけ/肉団子・南瓜・玉葱・茄 子・ピーマン/キャベツ・人参・きゅう り・コーン	569 487	19.4 16	2.1 1.7	
15	金	パン 卵サンド ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	牛乳 クラッカー	豆乳 みたらし団子	コッペパン・鶏卵・きゅうり/ブロッコ リー・きゅうり・コーン/ウインナー・ じゃが芋・キャベツ・玉葱・人参	624 590	23.7 22.4	2.4 2.1	
16	土	ごはん 鱈のごまだれ焼き もやしの和え物 中華風スープ チーズ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 豆乳プリンタルト	米/鱈/もやし・キャベツ・人参・わか め/豆腐・大根・筍・長葱	519 439	19.9 17.5	2 1.6	
17	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 バナナチップ	牛乳 サッポロポテト				
18	月	ごはん 鱈の南蛮漬け 小松菜のごま味噌和え かき玉汁 ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 芋ようかん	米/鱈・人参・玉葱・いんげん・長葱/ さつま揚げ・小松菜・人参・もやし/鶏 卵・玉葱・ほうれん草・椎茸・ニラ	503 446	20.4 18.7	1.7 1.5	
19	火	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き ポテトサラダ 野菜スープ チーズ	牛乳 クラッカー	豆乳 ミルクもち	米/鶏肉・マーメレード/じゃが芋・きゅ うり・人参・コーン/大根・玉葱・ほうれ ん草	473 473	22.5 21.8	1.9 1.7	
20	水	中華麺 あんかけ焼きそば バンバンジー キウイフルーツ	お茶 小魚	牛乳 五平餅	中華麺・豚肉・なると・玉葱・人参・白 菜・筍・しめじ・きくらげ・ニラ/ささみ ・もやし・きゅうり・人参	564 487	22.2 22.6	1.9 2.1	
21	木	ごはん チキンカレー わかめサラダ オレンジ	お茶 かみかみ昆布	牛乳 サンドイッチ(ツナ)	米/鶏肉・にんにく・じゃが芋・玉葱・人 参・トマト/なると・わかめ・きゅうり・小 松菜	551 465	19.7 16.2	2.6 2.1	
22	金	ごはん 鱈の塩麹焼き ほうれん草の白和え わかめスープ バナナ	お茶 チーズ	牛乳 ばかうけ・ウエハース	米/鱈・塩麹/豆腐・ほうれん草・人 参・しめじ/わかめ・長葱・大根・コー ン	606 537	22.5 21.8	2.5 2.2	
23	土	ごはん 生姜焼き ひじきサラダ お吸い物 キウイフルーツ	牛乳 クラッカー	まめびよ ビスコ・味しらべ	米/豚肉・生姜・玉葱・人参・キャベツ・ ニラ/ひじき・人参・きゅうり・コーン/小 松菜・人参・椎茸	555 549	21.3 21.3	2 1.8	
24	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 おせんべい	牛乳 クリームパン				
25	月	ごはん カレイの香味焼き 切干大根の五目煮 味噌汁 チーズ	牛乳 バナナチップ	豆乳 キャラメルポテト	米/カレイ・長葱/切干大根・油揚げ・ 蓮根・椎茸/キャベツ・玉葱・えのき・ 大根	531 495	20.7 21.4	1.8 1.5	
26	火	ごはん 炒り鶏 鉄骨サラダ バナナ	お茶 チーズ	牛乳 ココアトースト	米/鶏肉・生姜・さつま揚げ・牛蒡・人 参・しめじ・蓮根・グリーンピース/チー ズ・ひじき・きゅうり・小松菜・コーン	549 458	21.6 17.6	1.6 1.3	
27	水	うどん 肉みそうどん もやしの中華和え グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 さつま芋おにぎり	うどん・豚肉・生姜・椎茸・長葱・筍/な ると・もやし・きゅうり・ほうれん草	557 472	20.9 21.4	2.7 2.8	
28	木	菜飯 こいのぼりハンバーグ ビビンバサラダ ミネストローネ オレンジ	牛乳 クラッカー	バナナ豆乳 パームクーヘン	米・青菜/ハンバーグ・チーズ・のり/豚肉・ もやし・ほうれん草・人参/大豆・じゃが芋・ にんにく・キャベツ・玉葱・人参・いんげん	534 561	19.6 21.1	1.6 1.5	
29	金	*お弁当対応となります(園で用意します)*		お茶 バナナチップ	まめびよ かつぱえびせん				
30	土	ごはん 照り焼きチキン 蓮根サラダ コンソメスープ グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 かぼちゃマフィン	米/竹輪・蓮根・きゅうり・小松菜/キャ ベツ・玉葱・人参	514 439	21.9 22.3	1.8 2	
★は新メニューです。						平均	559	21.6	1.9
献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください							496		1.7