



4 月 献 立 表

4月の食事目標
 ・保育園の食事に慣れ、お友達と楽しく美味しく食べる。
 ・春の食材を食べやすい調理法で提供する。

献立作成：大鷹

日時	曜日	お 屋 ご は ん 献 立 名	乳児 午前飲料	午後 お や つ	飲み物	延長捕食	夕食にオススメ 食材とメニュー	乳児エネルギー 幼児エネルギー
2 ・月 16		たけのこご飯・新玉ねぎと油揚げのみそ汁 鶏の塩麴焼き・白菜としらすの納豆和え 清見オレンジ	牛乳	にゅう麺	ほうじ茶	おかかおにぎり ほうじ茶	魚料理：魚の味噌煮 魚の味噌ホイル焼き 副：こまつな炒め	450 536
3 ・火 17		胚芽ご飯・中華風コーンスープ(卵入り) 麻婆豆腐 スティック酢漬け	牛乳	桜あんぱん	牛乳	ハムケチャップ おにぎり ほうじ茶	麺料理：野菜たんめん 野菜たっぷり味噌ラーメン 副：じゃがいもそぼろ煮	482 585
4 ・水 18		アマランサスご飯 かぼちゃと春キャベツのみそ汁 鯖の西京焼き・五目豆煮・いちご	牛乳	マカロニきなこ でこぼん	牛乳	しらす醤油 おにぎり ほうじ茶	豚肉料理：豚肉のケチャップ炒め 豚肉の野菜巻き焼き 副：大根の煮物	433 508
5 木		アマランサスご飯・白菜スープ 新じゃがコロッケ・春のサラダ 清見オレンジ	牛乳	おかかおにぎり	ほうじ茶	ウイナーおにぎり ほうじ茶	豆・豆腐料理：肉豆腐 ポークビーンズ 副：新ニンジンのサラダ	453 558
誕生会食 19 木		はちさんごはん・筍ときのこのすまし汁 真珠蒸し(もち米の肉団子) 春のポテトサラダ	牛乳	エッグババロア ミニひよこクッキー	ほうじ茶	ウイナーおにぎり ほうじ茶	豆・豆腐料理：ツナと豆腐の煮物 豆のシチュー 副：ほうれん草とベーコンサラダ	533 607
6 ・金 20		胚芽ご飯・わかめと麩のみそ汁 鮭のチーズ焼き・茹でスナップエンドウ ふきと生揚げ煮物・でこぼん	牛乳	いちごジャムサンド	牛乳	ゆかりおにぎり ほうじ茶	鶏肉料理：とり天(天ぷら) 筑前煮 副：酢の物	475 559
7 ・土 21		味噌煮込みうどん かぼちゃ煮 ヨーグルト	牛乳	あけぼのおにぎり	ほうじ茶	お菓子 ほうじ茶	魚料理：魚の煮つけ 魚のムニエル 副：肉じゃが	449 527
9 ・月 23		胚芽ご飯・じゃが芋と小松菜のみそ汁 かれのいホイル焼き 春野菜のベーコン炒め・いちご	牛乳	人参蒸しパン とつとちゃんせんべい	牛乳	梅おかかおにぎり ほうじ茶	卵料理：野菜入りオムレツ 卵とトマト、青菜の炒め物 副：はるさめサラダ	435 502
10 ・火 24		納豆ご飯・焼き豆腐となめこのみそ汁 チンジャオロースー スパゲティサラダ	牛乳	フルーツヨーグルト 花せんべい	ほうじ茶	醤油 おにぎり ほうじ茶	魚介料理：中華丼 中華風味噌あんかけ丼 副：きゅうりのごま漬け	447 504
11 ・水 25		胚芽ご飯・かぶとかぶの葉のスープ 大豆入りハンバーグ・切昆布の煮付け でこぼん	牛乳	シュガートースト	牛乳	グリーンピースカレー おにぎり ほうじ茶	鶏肉料理：チキン南蛮 鶏肉ときのこのオープン焼き 副：ほうれん草胡おかか和え	483 580
12 ・木 26		わかたけうどん ポテトフライサラダ ヨーグルト	牛乳	塩昆布としらすの おにぎり	ほうじ茶	鮭おにぎり ほうじ茶	豆腐料理：豆腐ステーキそぼろあん 生揚げと豚肉の煮込み 副：あさり青菜レンジ蒸し	420 522
13 ・金 27		チキンカレー 青梗菜と干し椎茸のすまし汁 菜の花と大豆のサラダ	牛乳	みかんゼリー 小魚ぼんせん	ほうじ茶	しろむすび ほうじ茶	魚料理：魚のから揚げ 魚の生姜煮 副：海藻サラダ	474 538
14 ・土 28		焼肉丼 コロコロみそ汁 小松菜とツナの酢醤油和え	牛乳	つなっこ アニマルビスケット	牛乳	お菓子 ほうじ茶	卵料理：スコッチエッグ風ハンバーグ キャベツ入りスパニッシュオムレツ 副：海苔サラダ(野菜はお好みで)	434 501

♪保育園のメニューはすべて手作りで。
 (せんべい、飲料等を除く。)
 ♪夕食オススメレシピの一部を玄関にて配布いたします。
 ご活用ください。
 ♪食材の都合により、一部献立が変更になる場合がございます。
 ご了承ください。ご了承ください。
 ←このマークはぬか漬けのマークです。(幼児クラスのみ)

今月の行事食

19日：誕生会食
 ミツバチをイメージしたごはん
 春の食材を使ったごはんです。
 お楽しみに！

旬の食材

さわら・たけのこ
 あすばら・ふき
 なのはな・いちご
 しんきやべつ
 しんにんじん・しんじゃが
 きよみおれんじ
 みしょうかん・あさり・しじみ

今月の栄養価	エネルギー(基本)	蛋白質(基本)	塩分(基本)
* 1~2歳児	439kcal(461)	17.4g(17.3)	1.7g(1.8)
* 3~5歳児	538kcal(517)	19.3g(19.4)	2.0g(2.0)

