



# 4 月 給 食 献 立 予 定 表

R6. 4. 1

大曲こども園

| 日  | 曜 | 献立名                                 | 未満児主食 | おやつ         |
|----|---|-------------------------------------|-------|-------------|
| 1  | 月 | プルコギ炒め、おぼろ汁、果物                      | ごはん   | 飲むヨーグルト、お菓子 |
| 2  | 火 | 豚汁、切り干し大根サラダ、果物                     | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 3  | 水 | ツナのチャンプルー、みそワントン汁、果物                | ごはん   | ★のりのりポテト    |
| 4  | 木 | 人参ご飯、魚のマヨネーズ焼き、スープ、果物               | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 5  | 金 | 鶏のから揚げ、みそ汁、果物                       | ごはん   | 牛乳、昆布、お菓子   |
| 8  | 月 | マーボー豆腐、磯あえ、果物                       | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 9  | 火 | ポテトグラタン、野菜スープ、果物                    | パン    | ジョア、お菓子     |
| 10 | 水 | 春雨のそぼろ炒め、青菜の煮びたし、果物                 | ごはん   | ★カルピスポンチ    |
| 11 | 木 | カレーライス、コールスロー、ヨーグルト                 | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 12 | 金 | 魚の揚げ煮、ポテトフレンチサラダ、果物                 | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 15 | 月 | 豆腐のお好み焼き、レタススープ、果物                  | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 16 | 火 | 肉じゃが、人参しりしり、果物                      | ごはん   | 牛乳、小魚       |
| 17 | 水 | 魚の変わり西京焼き、みそ汁、果物                    | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 18 | 木 | ♥パン、鶏肉のトマトソース、カラフルソテー、マセドアンスープ、デザート | パン    | 牛乳、ケーキ      |
| 19 | 金 | 厚揚げの五目煮、ひじきふりかけ、コーンサラダ、果物           | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 22 | 月 | ポークビーンズ、フレンチサラダ、果物                  | ごはん   | 牛乳、お菓子      |
| 23 | 火 | うどん汁、じゃこサラダ、チーズ                     | うどん   | 牛乳、お菓子      |
| 24 | 水 | 豆腐の中華煮、三色ナムル、果物                     | ごはん   | ★メープルマフィン   |
| 25 | 木 | しょうゆラーメン、ヨーグルト                      | ラーメン  | 牛乳、お菓子      |
| 26 | 金 | 焼き魚、ひじきの炒り煮、けんちん汁、果物                | ごはん   | りんごゼリー      |
| 30 | 火 | ツナとジャガイモのマヨネーズ焼き、みそ汁、果物             | ごはん   | 牛乳、お菓子      |

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

|              | エネルギー kcal | たんぱく質 g     | 脂質 g        | カルシウム mg  | 塩分 g      |
|--------------|------------|-------------|-------------|-----------|-----------|
| おかずのみ (目標)   | 329 (330)  | 14.0 (16.8) | 13.4 (14.0) | 251 (285) | 1.4 (1.3) |
| おかず+ごはん (目標) | 508 (510)  | 16.8 (19.1) | 13.8 (14.2) | 254 (288) | 1.4 (1.3) |

\*ご飯の目安量は115gです。

<裏面もご覧下さい>