


令和6年4月の献立


風の子保育園・ベビーホーム

月	火	水	木	金	土								
1 牛乳 りんご	ごはん ポークチャップ 温野菜 コーンスープ	2 牛乳 かぼちゃステック	3 牛乳 ウエハース	4 牛乳 チーズ	5 牛乳 ヨーグルト	6 お茶 豚肉 おあげきなこ							
牛乳 おあげきなこ	豚肉(油揚げ、きな粉) にんにく、玉ねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン マッシュルーム、バセリ、サニーレタス、かぼちゃ ブロッコリー、梅干し、コーン、しいたけ 米、小麦粉、さつま芋、ケチャップ、ウスターソース、 マヨネーズ(黒糖)	鮭の塩麹焼き 昆布の佃煮 ほうれん草の納豆和え 厚揚げと大根の味噌汁	ごはん 鶏むね肉のジンジャーソース 卵の花のっぺい汁	さばの照り焼き 人参しりしり きゅうりとわかめの酢の物 きのこのすまし汁	ごはん 豚肉の胡麻にんにく じゃが芋のほっこり炒め しいたけと白菜の味噌汁	ポークカレー バナナ							
牛乳 オレンジ	鶏のさっぱり煮 ごぼうサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	9 牛乳 コーンフレーク	10 牛乳 さつま芋ステック	11 牛乳 マンナビスケット	12 牛乳 バナナ	13 牛丼 オレンジ							
牛乳 揚げ大豆	鶏肉、ツナ缶、味噌 白ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、 サニーレタス、ごぼう、玉ねぎ、青ねぎ(ブルーン) 米、三温糖、ごま、じゃが芋(バナナチップス)	かれい、牛乳 牛乳 ドライフルーツ	豚皿 ほうれん草の白和え 油揚げともやしの味噌汁	あじ、油揚げ、味噌 大葉、にんじん、キャベツ、えのき、玉ねぎ、わかめ 米、糸こんにゃく、つきこんにゃく、三温糖、練りごま	あじ、油揚げ、味噌 大葉、にんじん、キャベツ、えのき、玉ねぎ、わかめ 米、糸こんにゃく、三温糖、じゃが芋(カルビス)	牛肉 お茶 市販菓子							
牛乳 ウエハース	ごはん 鶏の照り焼き 小松菜の鉄分たっぷり炒め 大根とわかめの味噌汁	16 牛乳 りんご	17 牛乳 バナナチップス	18 牛乳 ビスケット	19 牛乳 ヨーグルト	20 ハヤシライス りんご							
牛乳 大学かぼちゃ	鶏もも肉、豚肉、味噌 サニーレタス、にんじん、小松菜、ひじき、にんじん 大根、わかめ、青ねぎ(かぼちゃ) 米、三温糖、ごま油	赤魚、大豆、味噌(こしあん) 牛乳 水ようかん	回鍋肉 チングン菜ともやしのナムル 春雨スープ	さわらのコーンフレーク焼き きのこのさっぱり和え 白菜と油揚げの味噌汁	きつねうどん 鶏とさつま芋の天ぷら バナナ	お茶							
牛乳 かぼちゃ ステック	春野菜カレー 海藻サラダ オレンジ	23 牛乳 バナナチップス	24 牛乳 コーンフレーク	25 牛乳 バナナ	26 牛乳 オレンジ	27 豚丼 バナナ							
牛乳 クッキー・チーズ	豚肉(チーズ) ほうれん草、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、かぼちゃ にんにく、アスパラガス、海藻ミックス、レタス トマト、オクラ、オレンジ 米、サラダ油、カレールウ、ドレッシング(クッキー)	さば、味噌、油揚げ 牛乳 シュガートースト	やみつきチキン おからの骨太サラダ お麩と白菜の味噌汁	たけのこごはん 鮭の塩焼き ピーマンの甘辛和え 新玉ねぎと春キャベツの酢の物 豆腐とわかめの味噌汁	ごはん 新じゃがの肉じゃが 切干大根のサラダ なめことろろの味噌汁	お茶							
29	30 牛乳 りんご	ごはん 豚の生姜焼き かぼちゃ煮 大根とにんじんの味噌汁	※4月の魚は「さわら、赤魚、鮭、あじ、さば、かれい」を予定していますが、 仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※( )内の食品は、おやつで使用する食品です。 ※完了食は生野菜をすべて茹で、ににくや生姜、カレー粉・カレールウは除しています。また、揚げ物は焼き物に変更します。	献立種類	乳児	幼児	凡例						
	牛乳 ヨーグルトパン	豚肉、味噌(ヨーグルト) 玉ねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、キャベツ かぼちゃ、大根、わかめ、青ねぎ 米(小麦粉、いちごジャム、サラダ油)	牛乳 お麩ラスク	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	午前 おやつ (乳児)	給食献立				
				平均栄養価	16.8g	15.3g	57.7g	517kcal	20.6g	18.0g	72.4 g	赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類	
				目標栄養価	463 kcal	16.3 g	12.5 g	71.3 g	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g	緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類
								午後 おやつ		黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類			