



# 4月給食献立予定表

令和4年度 わかば保育園

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
4	月	マーボー豆腐 たたききゅうり 中華スープ	せんべい <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、豆腐、豚肉、味噌	米、上白糖、ごま油	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ チンゲン菜、干しいたけ、にんにく しょうが	312	ご入園、ご進級おめでとう ございます！一年間 よろしくお願ひします☆
							390	
5	火	から揚げ 粉ふき芋 レタススープ	緑茶クッキー <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、鶏肉、卵、ベーコン	米、じゃがいも、上白糖 マーガリン	たまねぎ、レタス、にんじん、青のり	550	わかばの年長さん はるとくんの リクエストメニュー
							687	
6	水	五目うどん シュウマイ ゼリー	鮭おにぎり <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鶏肉、鮭フレーク	米、ごま、うどん	白菜、にんじん、小松菜、ねぎ 干しいたけ	285	園で人気の麺メニュー！ 野菜たっぷり 五目うどんです
							356	
7	木	焼き魚 キャベツの甘酢和え 花麩のすまし汁	ビスコ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、鮭	米、焼麩	みかん缶、きゅうり、キャベツ、葉ねぎ えのきたけ	461	
							576	
8	金	オレンジチキン ほうれん草としらすのおかか和 たまねぎのみそ汁	バナナ <small>(バナナ)</small>	牛乳、鶏肉、しらす干し 味噌、油揚げ、かつお節	米	バナナ、ほうれん草、たまねぎ、葉ねぎ にんにく、みかん天然果汁	345	
							431	
11	月	焼肉 中華サラダ わかめスープ	ホットケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、豚肉、卵	米、ホットケーキ粉、上白糖 ごま油、メープルシロップ	もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり ねぎ、赤ピーマン、ピーマン、わかめ しょうが	452	
							565	
12	火	かつカレー ハムとらっきょうのサラダ ヨーグルト	源氏パイ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、ヨーグルト、ハム ヒレカツ	米、じゃがいも	たまねぎ、きゅうり、にんじん、りんご らっきょう、グリーンピース、レモン果汁	426	わかばの年長さん あおいくんの リクエストメニュー
							532	
13	水	オムライス風 チキンナゲット オニオンスープ	もちもちチーズパン <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、チキンナゲット、鶏肉 薄焼き卵、粉チーズ、ハム	米、白玉粉	たまねぎ、にんじん	361	
							451	
14	木	鮭のマヨネーズ焼き きゅうりのじゃこ和え キャベツのみそ汁	みかんケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鮭、しらす干し、味噌 油揚げ	米、ホットケーキ粉、上白糖 マヨネーズ、とうもろこし	きゅうり、にんじん、みかん缶 たまねぎ、みかん天然果汁、パセリ キャベツ	432	
							539	
15	金	豆腐のカレーあんかけ ブロッコリーのおかか和え 麩のスープ	じゃがいもドーナツ <small>(ふかし芋)</small>	牛乳、豆腐、豚肉、かつお節	米、じゃがいも、上白糖 ホットケーキ粉、グラニュー糖 焼麩	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん えのきたけ、ほうれん草、葉ねぎ	433	もっちり優しい味の じゃがいもドーナツが おやつに登場します
							541	
18	月	ハンバーグ煮込み ツナときゅうりの酢の物 豆腐みそ汁	ジャムサンドクラッカー <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、鶏肉、豆腐、ツナ 味噌、豚肉、卵	米、上白糖、ごま	きゅうり、ねぎ、いちごジャム わかめ、トマト缶、りんご	497	
							621	
19	火	魚の和風ムニエル たけのこサラダ かきたま汁	ちんすこう <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、めかじき、卵、ハム バター	米、三温糖、マヨネーズ 上白糖	たけのこ、にんじん、たまねぎ 葉ねぎ、きゅうり	460	旬のたけのこが サラダに入りますよ
							575	
20	水	肉団子と春雨のスープ煮 カレー風味リヨネーズポテト オレンジ	甘酒フルーツヨーグルト <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鶏肉、ヨーグルト ベーコン、卵、バター	米、じゃがいも、春雨	たまねぎ、オレンジ、バナナ、にんじん りんご、黄桃、白菜、いんげん 干しいたけ、パセリ	340	
							487	
21	木	魚の照り焼き 切干大根の炒り煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	きな粉サンド <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、さわら、味噌、油揚げ きな粉	米、食パン、じゃがいも 上白糖、マーガリン	たまねぎ、にんじん、切干大根 いんげん、葉ねぎ、干しいたけ	486	
							607	
22	金	愛情弁当						
25	月	鶏肉のみそ漬け焼き 人参とコーンのサラダ 豆腐のすまし汁	野菜ジュース ミレーフライ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、豆腐、鶏肉、味噌	米、とうもろこし、上白糖	にんじん、いんげん、わかめ、葉ねぎ 野菜ジュース	325	
							406	
26	火	食パン ツナとマカロニのグラタン えのきたけのスープ バナナ	塩昆布おにぎり <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、ツナ、鶏肉、バター 粉チーズ、かつお節	米、食パン、マカロニ とうもろこし	バナナ、たまねぎ、葉ねぎ、もやし えのきたけ、にんじん、パセリ 塩昆布	474	わかばの年長さん りりちゃんの リクエストメニュー
							592	
27	水	お楽しみ給食	お楽しみおやつ	牛乳、ツナ、しらす干し はんぺん	米、ごま	チンゲン菜、たまねぎ、にんじん きゅうり、焼のり、みかん缶	232	今年度のお楽しみ給食は 日本の料理です！ 一回目はどの果かな？
							291	
28	木	魚の味噌煮 ひじき煮 たけのこのすまし汁	桃のクラフティー <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、鯖、大豆、卵、味噌 生クリーム、ヨーグルト 油揚げ	米、ホットケーキ粉、上白糖	黄桃、にんじん、たけのこ、いんげん わかめ、ねぎ、ひじき、しょうが	442	
							553	

※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

