



4月給食献立予定表

令和5年度わかば・わかばみや保育園

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
3	月	オレンジチキン トマトサラダ なめこの味噌汁	ヨーグルトケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、鶏肉、ヨーグルト、 卵、みそ	米、小麦粉、砂糖、マーガリン、 油、ごま	トマト、たまねぎ、きゅうり、みかんジュース、 みかん缶、なめこ、コーン缶、葉ねぎ、 にんにく	468	入園、進級おめでとう ございます、一年間 よろしくお楽しみします★
							585	
4	火	五目うどん ちくわの磯部揚げ オレンジ	焼きおにぎり <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、ちくわ、鶏肉	焼きおにぎり、てんぷら粉、 うどん	オレンジ、はくさい、にんじん、小松菜、 ねぎ、干しいたけ、あおのり	329	ちくわの磯部揚げは 育のりの香りが良く 食べやすいです☆
							411	
5	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	バナナ <small>(バナナ)</small>	牛乳、豚肉、ハム	じゃがいも、米、油	バナナ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、 らっきょう、りんご、グリーンピース、 レモン果汁	501	
							626	
6	木	鮭の塩焼き ポテトサラダ たまねぎのみそ汁	せんべい <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、鮭、みそ、油揚げ	米、じゃがいも、マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、葉ねぎ	382	
							477	
7	金	マーボー豆腐 ブロッコリーのおかか和え わかめスープ	パウムクーヘン <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、木綿豆腐、豚肉、 みそ、かつお節	米、砂糖、片栗粉、ごま油	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、ねぎ、 干しいたけ、わかめ、にんにく、しょうが	412	
							515	
10	月	食パン(以上児)ごはん(未満児) ツナとマカロニのグラタン オニオンスープ ゼリー	ホットケーキ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、ツナ油詰缶、卵、 バター、ハム、粉チーズ	食パン、ホットケーキ粉、 マカロニ、小麦粉、 メープルシロップ、パン粉、米	たまねぎ、にんじん、コーン缶、パセリ	556	
							695	
11	火	さばのケチャップ煮 ツナサラダ 花麩のすまし汁	ビスコ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、さば、ツナ油詰缶	米、マヨネーズ、焼き麩、砂糖	キャベツ、きゅうり、えのきたけ、たまねぎ、 葉ねぎ	391	かわいい花麩のすまし汁 は春らしい色合いです★
							489	
12	水	すき焼き風煮込み たたききゅうり キャベツの味噌汁	ビスケット <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、焼き豆腐、豚肉、みそ、 油揚げ	米、糸こんにやく、砂糖、ごま油	きゅうり、はくさい、たまねぎ、キャベツ、 ねぎ、えのきたけ、にんじん、葉ねぎ	418	
							523	
13	木	魚のムニエル 野菜サラダ えのきともやしのスープ	もちもちチーズパン <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、しいら、鶏肉、 粉チーズ、バター	米、白玉粉、小麦粉、砂糖、 油	きゅうり、キャベツ、もやし、コーン缶、 えのきたけ、にんじん、葉ねぎ	421	
							526	
14	金	ハンバーグ 粉ふき芋 レタススープ	豆腐ドーナツ <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、豚肉、鶏肉、木綿豆腐、 卵、ベーコン	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、 パン粉、油、砂糖、 グラニュー糖	たまねぎ、レタス、にんじん、あおのり	488	
							610	
17	月	ひじき入りオムレツ たけのこサラダ 大根の味噌汁	コーンフレーククッキー <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、卵、バター、鶏肉、 みそ、ハム、油揚げ	米、小麦粉、コーンフレーク、 砂糖、マヨネーズ、油	たまねぎ、大根、にんじん、きゅうり、 たけのこ、葉ねぎ、グリーンピース、ひじき	710	栄養たっぷりな ひじき入りオムレツ！！ 旬のササダもお楽しみに！
							887	
18	火	魚の照り焼き ひじき煮 キャベツの味噌汁	ごまポッキー <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、めかじき、大豆水煮缶、 みそ、油揚げ	米、小麦粉、砂糖、マーガリン、 黒ゴマ、油	キャベツ、にんじん、いんげん、葉ねぎ、 ひじき、わかめ	432	
							540	
19	水	スパイシーチキン 中華サラダ かきたま汁	せんべい <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、鶏肉、卵、ハム	米、小麦粉、砂糖、ごま油、 ごま、油	もやし、きゅうり、にんじん、えのきたけ、 ねぎ、りんご果汁、にんにく、しょうが	442	
							553	
20	木	魚のマヨネーズ焼き カレー金平 キャベツスープ	みかんケーキ <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、しいら、ハム	じゃがいも、米、ホットケーキ粉、 マヨネーズ、油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、みかん缶、 みかんジュース、ピーマン、パセリ	448	みかんケーキは大人気です！
							560	
21	金	愛情弁当						
24	月	厚揚げのミートソース煮 磯和え たまねぎの味噌汁	ちんすこう <small>(赤ちゃんクラッカー)</small>	牛乳、生揚げ、豚肉、みそ、	米、小麦粉、油、三温糖、砂糖	たまねぎ、ほうれんそう、もやし、にんじん、 コーン缶、グリーンピース、わかめ、 焼きのり	499	
							624	
25	火	魚の味噌煮 ほうれん草のごま和え 豆腐のすまし汁	スティックパン <small>(赤ちゃんウエハース)</small>	牛乳、さば、木綿豆腐、みそ	米、スティックパン、砂糖、 ごま	ほうれんそう、にんじん、葉ねぎ、しょうが	425	
							531	
26	水	カレー ハムとらっきょうのサラダ ゼリー	ビスケット <small>(赤ちゃんポーロ)</small>	牛乳、豚肉、ハム	じゃが芋、油、米	たまねぎ、きゅうり、にんじん、らっきょう、 りんご、グリーンピース、レモン果汁	386	
							483	
27	木	お楽しみ給食	お楽しみおやつ <small>(赤ちゃんせんべい)</small>	牛乳、はんぺん	砂糖、米	きゅうり、にんじん、みかん缶、ねぎ、 わかめ	358	今年度のお楽しみは日本の 県のお料理です！ 今月はどこのお県かな？
							448	
28	金	肉団子と春雨のスープ煮 キャベツとツナのサラダ ヨーグルト	メロンパンクッキー <small>(赤ちゃんビスケット)</small>	牛乳、ヨーグルト、豚肉、 ツナ油漬缶、卵、無塩バター	米、ホットケーキ粉、はるさめ、 パン粉、砂糖	たまねぎ、キャベツ、はくさい、きゅうり、 にんじん、いんげん、干しいたけ、 レモン果汁	491	
							614	

※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

