



4月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2021年

日曜日	給食	おやつ	カロリー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
1 木	ミートソーススパゲティ、ジャーマンポテト、ブロッコリーの塩昆布和え、コンソメスープ、バナナ	麦茶、焼きおにぎり	581	23.7	16.2
2 金	ポークカレーライス、シーフードサラダ、オニオンスープ、イチゴ	麦茶、ヨーグルト、お菓子	613	15.3	16.7
3 土	ゆかりごはん、鮭の塩焼き、煮物、手まり麩入り清汁、リンゴ	麦茶、ジャムパン	500	27.8	10.5
4 日					
5 月	しらす入り納豆ごはん、肉団子とパスタ煮、マセドアンサラダ、豆腐の味噌汁、甘夏	麦茶、ポップコーン	574	25.6	19.1
6 火	おにぎり、から揚げ、人参の甘煮、スティックチーズ、豚汁、はるみオレンジ	牛乳、雑穀クッキー	-	-	-
7 水	人参パン、マカロニグラタン、大根サラダ、スティックさつま、春キャベツスープ、イチゴ	麦茶、カレーピラフ	596	19.6	22
8 木	肉うどん、ししゃも焼き、アスパラとブロッコリーの和え物、トマト、バナナ	麦茶、豆乳ケーキ	536	24.6	20.1
9 金	お祭りメニュー(赤飯、ちくわの磯辺揚げ、煮物、きゅうりの漬物、豆腐の清汁、オレンジ)	麦茶、ラスク	597	25	17.1
10 土	豚丼、ツナサラダ、トマト、油揚げの味噌汁、リンゴ	麦茶、みかんゼリー	564	19.7	20.6
11 日					
12 月	ゆかりごはん、鯖の塩焼き、切干大根煮、春キャベツサラダ、玉ねぎの味噌汁、バナナ	麦茶、ヨーグルトケーキ	570	22.1	18.5
13 火	チュウリップランチ(二色ごはん、松風焼き、シェルマカロニサラダ、バターコーン、アンパンマンジュース)	麦茶、焼きそば	536	17.2	18
14 水	ロールパン、鶏のささ身フライ、わかめパスタ、かぼちゃマッシュ、トマトスープ、バナナ	麦茶、ピラフ	562	22.2	14.9
15 木	ごまごはん、鯖の西京焼き、きんぴらごぼう、厚揚げとひじきの煮物、若竹汁、オレンジ	牛乳、大学芋	584	23.2	19.1
16 金	おかめうどん、鶏手羽ハーフ煮、厚焼きたまご、ポリポリきゅうり、イチゴ	牛乳、ジャムカナッペ	514	25.2	19.4
17 土	中華丼風あんかけごはん、コーンサラダ、トマト、かにかまスープ、リンゴ	麦茶、手作りおこし	550	17.5	14.9
18 日					
19 月	醤油ラーメン、たけのこ入り変わり焼売、レンコンサラダ、バナナ	麦茶、チーズトースト	553	25.2	13.5
20 火	ふりかけごはん、鯖の味噌煮、わかめの酢の物、ブロッコリーのマヨ和え、ごぼう汁、オレンジ	牛乳、フライドポテト	541	24	18.3
21 水	チキン照り焼きバーガー、豆腐サラダ、さつま芋の甘煮、コーンチャウダー、オレンジ	麦茶、きな粉マカロニ	602	24.3	17.6
22 木	春キャベツの回鍋肉丼、春雨サラダ、トマト、黄花湯(ホワンホワン)、イチゴ	牛乳、豆乳むしぱん	563	16.4	20.6
23 金	誕生会(カップごはん、から揚げ、ブロッコリーの和え物、ちくわ入り清汁、バナナ)	麦茶、ぼたぼた焼き	-	-	-
24 土	トマト風ミートごはん、ポテトサラダ、茹でブロッコリー、豆腐の味噌スープ、グレープフルーツ	麦茶、一口カナッペ	558	20.7	11.8
25 日					
26 月	カレーうどん、鮭のマヨネーズ焼き、大根のおかか煮、トマト、バナナ	麦茶、炊き込みおにぎり	546	24.1	18.2
27 火	お節句(かわりたけのこごはん、白身魚フライ、ほうれん草のゴマ和え、トマト、かきたま汁、乳酸菌飲料)	麦茶、こいのぼりケーキ	532	21.8	14
28 水	ふりかけごはん、豚肉の生姜炒め、マカロニサラダ、金時豆煮、わかめの味噌汁、オレンジ	牛乳、ベーコンピザ	598	23.6	22.9
29 木					
30 金	ロールパン、はんぺんフライ、トマトチーズサラダ、茹でブロッコリー、ミネストローネ、バナナ	麦茶、ほくほくさつま芋	559	16.9	19.1

今月の平均 3~5歳児 エネルギー562kcal たんぱく質 22.0g 脂質 17.5g 塩分 2.1g

★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

