

令和6年4月 三光幼稚園 予定献立表

(都合により一部変更することがあります)

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギー たんぱく質 (以上児 未満児)	あすなろ 15時 おやつ エネルギー			
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ	おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品					
1	月	ベビーせんべい	二色サンドイッチ ミネストローネ バナナ 牛乳		卵 牛乳 ウインナー	食パン マヨネーズ じゃが芋	いちごジャム パスタ ソフトせんべい	なす トマト バナナ	玉ねぎ 人参 パセリ	497kcal 19.3g 357kcal 16.3g	(手作り) 胡麻塩おにぎり 115kcal	
2	火	ビスケット	三色ごはん 野菜のナムル 若竹汁 チーズ		鶏挽肉 わかめ チーズ だし昆布	卵 豆腐 煮干し	米 油 ごま油	砂糖 ごま ビスケット	人参 きゅうり たけのこ	さやいんげん もやし 小葱	402kcal 17.0g 361kcal 14.7g	カステラ 82kcal
3	水	せんべい	ごはん さわらの竜田揚げ 春キャベツの胡麻和え 味噌汁 牛乳		さわら 薄揚げ 煮干し 味噌	ちくわ 牛乳 だし昆布	米 かたくり粉 ごま せんべい	砂糖 油 じゃが芋	しょうが 人参 玉ねぎ	小松菜 キャベツ 小葱	422kcal 19.4g 341kcal 15.9g	マルボーロ チーズ 103kcal
4	木	クラッカー	チキンカレー かき玉汁 黄桃 牛乳		鶏肉 卵 牛乳 煮干し	スキムミルク だし昆布 豆腐	米 油 カレールウ	じゃが芋 かたくり粉 クラッカー	玉ねぎ 人参 小葱 えのき茸	かぼちゃ グリーンピース 桃缶	530kcal 22.2g 392kcal 16.0g	おとうふ屋さん のかりんとう 78kcal
5	金	野菜スティック ビスケット	ごはん 鶏の唐揚げ マカロニのケチャップ和え 味噌汁 牛乳		鶏肉 豆腐 煮干し 味噌	ハム 牛乳 だし昆布	米 油 砂糖 ケチャップ	小麦粉 パスタ ビスケット	玉ねぎ とうもろこし 小葱	人参 グリーンピース	482kcal 19.4g 419kcal 16.7g	ミレービスケット 123kcal
6	土	入園式										
8	月	ベビーせんべい	【幼:始業式】 チキンライス ツナサラダ 野菜スープ 牛乳		鶏肉 ウインナー	シーチキン 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 ソフトせんべい	油 マヨネーズ ケチャップ	人参 グリーンピース きゅうり パセリ	玉ねぎ キャベツ とうもろこし	483kcal 16.6g 441kcal 18.6g	(手作り) みかんゼリー 豆乳クッキー 78kcal
9	火	ビスケット	焼きそば 豆腐とはんぺんの 吸い物 バナナ ミルク		豚肉 豆腐 わかめ 煮干し だし昆布	丸天 青のり はんぺん スキムミルク	麵 焼きそばソース	油 ビスケット	玉ねぎ もやし 小葱	人参 キャベツ バナナ	441kcal 19.4g 369kcal 16.7g	(手作り) 鮭おにぎり 114kcal
10	水	野菜スティック ビスケット	パン(りんごジャム) 鮭のムニエル (未:白身魚のムニエル) ハムサラダ 牛乳		鮭 ハム	白身魚 牛乳	食パン 小麦粉 マヨネーズ	りんごジャム マーガリン ビスケット	レモン汁 きゅうり とうもろこし	キャベツ 人参	447kcal 22.7g 329kcal 16.4g	(手作り) キャロット ケーキ 112kcal
11	木	クラッカー	【幼:入園式】 ちらし寿司 じゃが芋の煮物 豆腐と青さのすまし汁 牛乳		鶏挽肉 薄揚げ 鶏肉 あおさ のり 煮干し	卵 桜でんぶ 豆腐 牛乳 かまぼこ だし昆布	米 油 クラッカー	砂糖 じゃが芋	人参 さやいんげん	干し椎茸 小葱	495kcal 21.0g 419kcal 16.1g	ひこうきビスケット 60kcal
12	金	せんべい	ごはん コロッケ ブロッコリー 味噌汁 チーズ	白菜の煮 浸し	合挽肉 卵 わかめ だし昆布 味噌	豆腐 チーズ 薄揚げ 煮干し	米 小麦粉 油 砂糖 ケチャップ	じゃが芋 パン粉 マヨネーズ せんべい	玉ねぎ ブロッコリー 白菜	人参 小葱	410kcal 14.9g 346kcal 12.3g	ぼんすけ 116kcal

日	曜日	献立名			献立材料名					エネルギー たんぱく質 以上児 未満児	あすなろ 15時 おやつ エネルギー	
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ	おもに体をつくる もとなる食品		おもにエネルギーの もとなる食品		おもに体の調子を 整えるもとなる食品			
15	月	ベビーせんべい	親子丼 きゅうりの中華和え 豆腐と麩の吸い物 牛乳	かぼちゃ の煮物	鶏肉 豆腐 牛乳 だし昆布	卵 わかめ 煮干し	米 油 ごま油 ソフトせんべい	砂糖 ごま 麩	人参 葉ねぎ きゅうり かぼちゃ	玉ねぎ 根深ねぎ 小葱	456kcal 19.2g 359kcal 14.5g	おとうふ屋さ んのビス ケット 78kcal
16	火	ビスケット	肉うどん かき揚げ 粉ふき芋 ミルク	大豆の甘 煮	牛肉 卵 スキムミルク 大豆	豚肉 ウインナー だし昆布	うどん 油 じゃが芋	砂糖 小麦粉 ビスケット	玉ねぎ 人参 パセリ	小葱 グリーンピース	453kcal 22.8g 382kcal 19.3g	ドーナツ 113kcal
17	水	せんべい	筍ごはん 白身魚の煮つけ 付)人参・大根の煮物 豆腐とえのきの すまし汁 チーズ	さつまいも のオレンジ 煮	鶏肉 白身魚 わかめ 煮干し	薄揚げ 豆腐 チーズ だし昆布	米 さつま芋	砂糖 せんべい	たけのこ さやいんげん 大根 小葱	人参 しょうが えのき茸 オレンジジュース	389kcal 19.7g 351kcal 15.0g	(手作り) かぼちゃ ケーキ 126kcal
18	木	クラッカー	パン(いちごジャム) ミチホールのクリームシチュー フレンチサラダ バナナ	ゆで卵	鶏挽肉 スキムミルク チーズ	卵 ハム	食パン じゃが芋 マーガリン 砂糖	いちごジャム 小麦粉 油 クラッカー	玉ねぎ 人参 とうもろこし レモン汁	ブロッコリー キャベツ きゅうり バナナ	502kcal 20.2g 351kcal 16.1g	(手作り) 昆布おにぎ り 114kcal
19	金	☆遠足☆ 給食はありません。 あすなろ15時おやつは、ゼリーを準備します。										
22	月	ベビーせんべい	カレーライス マカロニサラダ 牛乳	わかめ スープ	牛肉 スキムミルク 牛乳 豆腐 煮干し	鶏挽肉 ハム わかめ だし昆布	米 油 マヨネーズ カレーパウ	じゃが芋 パスタ ソフトせんべい	玉ねぎ グリーンピース きゅうり	人参 かぼちゃ 小葱	500kcal 18.5g 368kcal 14.5g	(手作り) フルーツ ヨーグルト 78kcal
23	火	ビスケット	ハンバーガー 新たまねぎのスープ 牛乳	ポテトフライ	合挽肉 木綿豆腐 ベーコン	卵 牛乳	パン パン粉 ケチャップ じゃが芋	マヨネーズ ビスケット 油	玉ねぎ パセリ	キャベツ 人参	457kcal 19.0g 354kcal 14.7g	(手作り) おなかおに ぎり 116kcal
24	水	せんべい	ごはん 白身魚のフライ 春キャベツのソテー 味噌汁 牛乳	粉ふき芋 のカレー風 味	白身魚 ベーコン 牛乳 だし昆布	卵 厚揚げ 煮干し 味噌	米 油 パン粉 せんべい	小麦粉 ケチャップ じゃが芋 カレー粉	レモン汁 とうもろこし かぼちゃ パセリ	キャベツ ピーマン 小葱	480kcal 21.4g 391kcal 16.5g	クラッカー 72kcal
25	木	クラッカー	スパゲティソース ごま風味サラダ スキムプリン	豆乳スー プ	合挽肉 粉チーズ スキムミルク	ささ身 ゼラチン ウインナー 豆乳	パスタ 砂糖 ケチャップ	油 ごまドレッシング クラッカー	人参 ピーマン もやし	玉ねぎ パセリ きゅうり	439kcal 25.3g 382kcal 20.6g	ミニクワッ サン 126kcal
26	金	野菜ス ティックビ スケット	【誕生会】 わかめおにぎり 唐揚げ スパゲティサラダ ブロッコリー ウインナー 味噌汁 りんごゼリー		わかめ ハム 豆腐 煮干し 味噌	鶏肉 ウインナー 薄揚げ だし昆布	米 油 マヨネーズ ビスケット	小麦粉 パスタ ゼリー	人参 きゅうり 玉ねぎ	キャベツ ブロッコリー 小葱	517kcal 20.9g 392kcal 15.3g	バームクー ヘン 130kcal
29	月	昭和の日										
30	火	ベビーせんべい	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ バナナ 牛乳	レバーの 甘煮	木綿豆腐 合挽肉 牛乳	ハム レバー	米 かたくり粉 はるさめ ソフトせんべい	砂糖 油 甜麵醬	根深ねぎ 玉ねぎ きゅうり	しょうが もやし バナナ	511kcal 19.5g 391kcal 17.9g	ベアビスケッ ト チーズ 89kcal

☆ひよこ組の朝おやつは1日(月)からあります。

☆12時に3歳未満児のみ付く食事(付加食)は、12日(金)からあります。最初は給食に慣れることを重視しますので、ご了承ください。

☆4月の献立は、子どもたちが食事を楽しみ、給食に慣れるように献立を考慮していますので、献立の偏り等がありますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

☆1号認定の方の給食は、4/22(月)より始まります。