

令和3年 4月 献立表

3才以上児	第2へきなんごども園			
日付	食 事	午後のおやつ	からだの動かしやすさ	体の調子とたんぱく質
1(木)	豚汁うどん、ほうれん草とツナのあえ物、バナナ	牛乳、せんべい	豚汁うどん、ほうれん草とツナのあえ物、バナナ	豚汁うどん、ほうれん草とツナのあえ物、バナナ
2(金)	ご飯、魚の煮つけ、けんちん汁	牛乳、ルヴァン	ご飯、魚の煮つけ、けんちん汁	ご飯、魚の煮つけ、けんちん汁
3(土)	焼うどん、もやしのごま和え、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	焼うどん、もやしのごま和え、ヨーグルト	焼うどん、もやしのごま和え、ヨーグルト
4(日)	*** ** ** ** **			
5(月)	ご飯、ハンバーグ、中華スープ	牛乳、せんべい	ご飯、ハンバーグ、中華スープ	ご飯、ハンバーグ、中華スープ
6(火)	ハヤシライス、ブロッコリーとちくわのサラダ、ゼリー	牛乳、ビスケット	ハヤシライス、ブロッコリーとちくわのサラダ、ゼリー	ハヤシライス、ブロッコリーとちくわのサラダ、ゼリー
7(水)	ご飯、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、乾のすまし汁、オレンジ	牛乳、ドーナツ	ご飯、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、乾のすまし汁、オレンジ	ご飯、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、乾のすまし汁、オレンジ
8(木)	ミートスパゲティ、季節のサラダ、バナナ	牛乳、クッキー	ミートスパゲティ、季節のサラダ、バナナ	ミートスパゲティ、季節のサラダ、バナナ
9(金)	食パン、いちごジャム、魚のステーキ、新玉ねぎと卵のスープ、こふさいも、トマト、牛乳	ポップコーン	食パン、いちごジャム、魚のステーキ、新玉ねぎと卵のスープ、こふさいも、トマト、牛乳	食パン、いちごジャム、魚のステーキ、新玉ねぎと卵のスープ、こふさいも、トマト、牛乳
10(土)	インディアンパスタ、ポテトサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	インディアンパスタ、ポテトサラダ、ヨーグルト	インディアンパスタ、ポテトサラダ、ヨーグルト
11(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
12(月)	ご飯、八宝豆腐、さつまいもと昆布の煮物	牛乳、ミニクワッソ	ご飯、八宝豆腐、さつまいもと昆布の煮物	ご飯、八宝豆腐、さつまいもと昆布の煮物
13(火)	白い食卓ロールパン、野菜コロッケ、スープ、アスパラのわかめ和え、牛乳	オレンジ、かっぱえびせん	白い食卓ロールパン、野菜コロッケ、スープ、アスパラのわかめ和え、牛乳	白い食卓ロールパン、野菜コロッケ、スープ、アスパラのわかめ和え、牛乳
14(水)	目玉ごはん、豚汁、キャベツのツナサラダ、オレンジ	牛乳、バナナケーキ	目玉ごはん、豚汁、キャベツのツナサラダ、オレンジ	目玉ごはん、豚汁、キャベツのツナサラダ、オレンジ
15(木)	親子丼、はるさめ、サラダ、ゼリー	牛乳、チーズ、せんべい	親子丼、はるさめ、サラダ、ゼリー	親子丼、はるさめ、サラダ、ゼリー
16(金)	全粒粉入り食パン、りんごジャム、豆乳スープ、魚の 에스カバージュ、ブロッコリー、牛乳	マカロニ、あべ川	全粒粉入り食パン、りんごジャム、豆乳スープ、魚の 에스カバージュ、ブロッコリー、牛乳	全粒粉入り食パン、りんごジャム、豆乳スープ、魚の 에스カバージュ、ブロッコリー、牛乳
17(土)	スパゲティ、ポテト、切り干し大根のサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	スパゲティ、ポテト、切り干し大根のサラダ、ヨーグルト	スパゲティ、ポテト、切り干し大根のサラダ、ヨーグルト
18(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
19(月)	七分つき玄米、豆腐の肉あんかけ、やみつき、ゆり、オレンジ	牛乳、クロールパン	七分つき玄米、豆腐の肉あんかけ、やみつき、ゆり、オレンジ	七分つき玄米、豆腐の肉あんかけ、やみつき、ゆり、オレンジ
20(火)	イングリッシュマフィン、鶏の唐揚げ、ワンタンスープ、キャベツとリンゴのサラダ、牛乳	りんご、ビスケット	イングリッシュマフィン、鶏の唐揚げ、ワンタンスープ、キャベツとリンゴのサラダ、牛乳	イングリッシュマフィン、鶏の唐揚げ、ワンタンスープ、キャベツとリンゴのサラダ、牛乳
21(水)	美ごはんだら、カレー、ポテトとウィンナーのスープ、オレンジ	ミルクティー、バナナ、アップルケーキ	美ごはんだら、カレー、ポテトとウィンナーのスープ、オレンジ	美ごはんだら、カレー、ポテトとウィンナーのスープ、オレンジ
22(木)	焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト	牛乳、せんべい	焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト	焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト
23(金)	ライ麦パン、いちごジャム、白身魚の磯部揚げ、チキンスープ、ごぼうのきんぴら、トマト、牛乳	フルーツ、ヨーグルト	ライ麦パン、いちごジャム、白身魚の磯部揚げ、チキンスープ、ごぼうのきんぴら、トマト、牛乳	ライ麦パン、いちごジャム、白身魚の磯部揚げ、チキンスープ、ごぼうのきんぴら、トマト、牛乳
24(土)	すき焼き、キャベツのツナサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	すき焼き、キャベツのツナサラダ、ヨーグルト	すき焼き、キャベツのツナサラダ、ヨーグルト
25(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
26(月)	野菜たっぷりマーボー、キャベツの中巻、サラダ	牛乳、ドーナツ	野菜たっぷりマーボー、キャベツの中巻、サラダ	野菜たっぷりマーボー、キャベツの中巻、サラダ
27(火)	白い食卓ロールパン、リンゴ、レタス、チキンスープ、きゅうりとコンのサラダ、オレンジ、牛乳	ビスケット	白い食卓ロールパン、リンゴ、レタス、チキンスープ、きゅうりとコンのサラダ、オレンジ、牛乳	白い食卓ロールパン、リンゴ、レタス、チキンスープ、きゅうりとコンのサラダ、オレンジ、牛乳
28(水)	たけのこは、いわしのみぞれ煮、五目みそ汁、ブロッコリー	牛乳、コーンフレーク、バナナ	たけのこは、いわしのみぞれ煮、五目みそ汁、ブロッコリー	たけのこは、いわしのみぞれ煮、五目みそ汁、ブロッコリー
29(木)	昭和の日		昭和の日	昭和の日
30(金)	バターロールパン、いかの香味揚げ、カレー、スープ、ほうろ、まろ、まろ、のナムル、牛乳	野菜、かりんとう	バターロールパン、いかの香味揚げ、カレー、スープ、ほうろ、まろ、まろ、のナムル、牛乳	バターロールパン、いかの香味揚げ、カレー、スープ、ほうろ、まろ、まろ、のナムル、牛乳

月平均栄養価 エネルギー 549kcal たんぱく質 19.6g 脂質 18.6g
 *材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。
 *砂糖は、漂白していない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。
 ☆は麦入りごはんを食べます。

令和3年4月 献立表

日付	献立表	材料名
1(木)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / スナックスティックパン
2(金)	アップルジュース	アップルジュース / 野菜と果物のスティックパン
3(土)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / スナックスティックパン
4(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****	
5(月)	野菜ジュース	野菜ジュース / さつまいもスティックパン
6(火)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / 野菜と果物のスティックパン
7(水)	アップルジュース	アップルジュース / スナックスティックパン
8(木)	野菜ジュース	野菜ジュース / さつまいもスティックパン
9(金)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / 野菜と果物のスティックパン
10(土)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / スナックスティックパン
11(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****	
12(月)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / さつまいもスティックパン
13(火)	アップルジュース	アップルジュース / 野菜と果物のスティックパン
14(水)	野菜ジュース	野菜ジュース / スナックスティックパン
15(木)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / さつまいもスティックパン
16(金)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / 野菜と果物のスティックパン
17(土)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / スナックスティックパン
18(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****	
19(月)	アップルジュース	アップルジュース / さつまいもスティックパン
20(火)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / 野菜と果物のスティックパン
21(水)	野菜ジュース	野菜ジュース / スナックスティックパン
22(木)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / さつまいもスティックパン
23(金)	アップルジュース	アップルジュース / 野菜と果物のスティックパン
24(土)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / スナックスティックパン
25(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****	
26(月)	野菜ジュース	野菜ジュース / さつまいもスティックパン
27(火)	のむヨーグルト	のむヨーグルト / 野菜と果物のスティックパン
28(水)	アップルジュース	アップルジュース / スナックスティックパン
29(木)	昭和の日	
30(金)	おたのしみジュース	おたのしみジュース / さつまいもスティックパン

令和3年 4月 献立表

3才未満児	第2へきなんごども園			
日付	午前のおやつ	食 事	午後のおやつ	からだの動かしやすさ
1(木)	せんべい	豚汁うどん、ほうれん草とツナのあえ物、バナナ	牛乳、せんべい	豚汁うどん、ほうれん草とツナのあえ物、バナナ
2(金)	たまごボーロ	ご飯、魚の煮つけ、けんちん汁	牛乳、ルヴァン	ご飯、魚の煮つけ、けんちん汁
3(土)	まめびよ	焼うどん、もやしのごま和え、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	焼うどん、もやしのごま和え、ヨーグルト
4(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
5(月)	チーズ	ご飯、ハンバーグ、中華スープ	牛乳、せんべい	ご飯、ハンバーグ、中華スープ
6(火)	スティック人参	ハヤシライス、ブロッコリーとちくわのサラダ、ゼリー	牛乳、ビスケット	ハヤシライス、ブロッコリーとちくわのサラダ、ゼリー
7(水)	せんべい	ご飯、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、乾のすまし汁、オレンジ	牛乳、ドーナツ	ご飯、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、乾のすまし汁、オレンジ
8(木)	プレーンヨーグルト	ミートスパゲティ、季節のサラダ、バナナ	牛乳、クッキー	ミートスパゲティ、季節のサラダ、バナナ
9(金)	特濃ミルク	食パン、魚のステーキ、新玉ねぎと卵のスープ、こふさいも、トマト、牛乳	ポップコーン	食パン、魚のステーキ、新玉ねぎと卵のスープ、こふさいも、トマト、牛乳
10(土)	まめびよ	インディアンパスタ、ポテトサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	インディアンパスタ、ポテトサラダ、ヨーグルト
11(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
12(月)	チーズ	ご飯、八宝豆腐、さつまいもと昆布の煮物	牛乳、ミニクワッソ	ご飯、八宝豆腐、さつまいもと昆布の煮物
13(火)	スティック人参	白い食卓ロールパン、野菜コロッケ、スープ、アスパラのわかめ和え、牛乳	オレンジ、かっぱえびせん	白い食卓ロールパン、野菜コロッケ、スープ、アスパラのわかめ和え、牛乳
14(水)	ブリッツ	目玉ごはん、豚汁、キャベツのツナサラダ、オレンジ	牛乳、バナナケーキ	目玉ごはん、豚汁、キャベツのツナサラダ、オレンジ
15(木)	プレーンヨーグルト	親子丼、はるさめ、サラダ、ゼリー	牛乳、チーズ、せんべい	親子丼、はるさめ、サラダ、ゼリー
16(金)	いかちび	全粒粉入り食パン、りんごジャム、豆乳スープ、魚の 에스カバージュ、ブロッコリー、牛乳	マカロニ、あべ川	全粒粉入り食パン、りんごジャム、豆乳スープ、魚の 에스カバージュ、ブロッコリー、牛乳
17(土)	まめびよ	スパゲティ、ポテト、切り干し大根のサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	スパゲティ、ポテト、切り干し大根のサラダ、ヨーグルト
18(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
19(月)	チーズ	七分つき玄米、豆腐の肉あんかけ、やみつき、ゆり、オレンジ	牛乳、クロールパン	七分つき玄米、豆腐の肉あんかけ、やみつき、ゆり、オレンジ
20(火)	スティック人参	イングリッシュマフィン、鶏の唐揚げ、ワンタンスープ、キャベツとリンゴのサラダ、牛乳	りんご、ビスケット	イングリッシュマフィン、鶏の唐揚げ、ワンタンスープ、キャベツとリンゴのサラダ、牛乳
21(水)	田舎あられ	美ごはんだら、カレー、ポテトとウィンナーのサラダ、バナナ	ミルクティー、バナナ、アップルケーキ	美ごはんだら、カレー、ポテトとウィンナーのサラダ、バナナ
22(木)	プレーンヨーグルト	焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト	牛乳、せんべい	焼きそば、ポテトサラダ、ヨーグルト
23(金)	カルシウムせんべい	ライ麦パン、白身魚の磯部揚げ、チキンスープ、ごぼうのきんぴら、トマト、牛乳	フルーツ、ヨーグルト	ライ麦パン、白身魚の磯部揚げ、チキンスープ、ごぼうのきんぴら、トマト、牛乳
24(土)	まめびよ	すき焼き、キャベツのツナサラダ、ヨーグルト	牛乳、おたのしみ菓子	すき焼き、キャベツのツナサラダ、ヨーグルト
25(日)	*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ** **~*** ** ****			
26(月)	チーズ	野菜たっぷりマーボー、キャベツの中巻、サラダ	牛乳、ドーナツ	野菜たっぷりマーボー、キャベツの中巻、サラダ
27(火)	スティック人参	白い食卓ロールパン、リンゴ、レタス、チキンスープ、きゅうりとコンのサラダ、オレンジ、牛乳	ビスケット	白い食卓ロールパン、リンゴ、レタス、チキンスープ、きゅうりとコンのサラダ、オレンジ、牛乳
28(水)	せんべい	たけのこは、いわしのみぞれ煮、五目みそ汁、ブロッコリー	牛乳、コーンフレーク、バナナ	たけのこは、いわしのみぞれ煮、五目みそ汁、ブロッコリー
29(木)	昭和の日			昭和の日
30(金)	揚一番	バターロールパン、いかの香味揚げ、カレー、スープ、ほうろ、まろ、まろ、のナムル、牛乳	野菜、かりんとう	バターロールパン、いかの香味揚げ、カレー、スープ、ほうろ、まろ、まろ、のナムル、牛乳

月平均栄養価 エネルギー 396kcal たんぱく質 14.3g 脂質 13.7g
 *材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。
 *砂糖は、漂白していない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。
 ☆は麦入りごはんを食べます。