
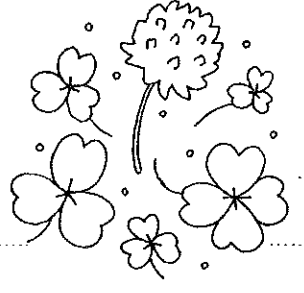



令和 05 年 4 月分 給食予定献立表

3歳以上児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
	<p>○4/3(月)は入園・進級式です。お祝いに紅白まんじゅうを配布します。 ○昼食時には、毎日麦茶を提供しています。 ○都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 ○3歳以上児の栄養価は、白飯 100gを加算して計算しています。 ○カレーやシチューの日はスプーンを持参してください。</p>				<p>1 ねばねばうどん 鶏の天ぷら フルーツ</p> <p>牛乳 ワッフルせんべい エネルギー: 733Kcal 蛋白質: 26.7g 脂質: 18.2g 塩分: 2.4g</p>
<p>3 味噌汁 鮭の唐揚げ しょうゆフレンチサラダ フルーツ</p> <p>牛乳 バタークッキー エネルギー: 665Kcal 蛋白質: 23.8g 脂質: 23.4g 塩分: 1.6g</p>	<p>4 洋風味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 三色おひたし フルーツ</p> <p>麦茶 フルーツサンド エネルギー: 638Kcal 蛋白質: 25.5g 脂質: 21.7g 塩分: 1.7g</p>	<p>5 味噌汁 ひじき入り卵焼き 大根のきんぴら スタミナ納豆 フルーツ</p> <p>牛乳 クラッカーサンド エネルギー: 687Kcal 蛋白質: 28g 脂質: 25.5g 塩分: 2.5g</p>	<p>6 スープ ささみのチーズフライ かぼちゃサラダ フルーツ</p> <p>麦茶 中華まん エネルギー: 538Kcal 蛋白質: 24.2g 脂質: 15.7g 塩分: 2.1g</p>	<p>7 ポークカレー チキンナゲット きのこサラダ フルーツ</p> <p>麦茶 ゼリーせんべい エネルギー: 598Kcal 蛋白質: 22.1g 脂質: 11.6g 塩分: 1.5g</p>	<p>8 塩豚そうめん 小松菜とちくわの炒め煮 フルーツ</p> <p>牛乳 チーズ蒸しぱん エネルギー: 602Kcal 蛋白質: 22.1g 脂質: 17.9g 塩分: 2.1g</p>
<p>10 すまし汁 鱈の西京焼き 大根と鶏肉の煮物 フルーツ</p> <p>麦茶 照り焼きチキントースト エネルギー: 472Kcal 蛋白質: 22.9g 脂質: 14.6g 塩分: 1.8g</p>	<p>11 スープ ポークピカタ ツナサラダ フルーツ</p> <p>麦茶 しらすねぎおにぎり エネルギー: 571Kcal 蛋白質: 21g 脂質: 19.8g 塩分: 1.7g</p>	<p>12 味噌汁 豆腐とエビのケチャップ煮 ごぼうサラダ おかかふりかけ フルーツ</p> <p>牛乳 カレーパン エネルギー: 652Kcal 蛋白質: 25.3g 脂質: 20.6g 塩分: 2.4g</p>	<p>13 すまし汁 鱈の味噌マヨネーズ焼き 筑前煮 フルーツ</p> <p>牛乳 アメリカンドッグ エネルギー: 545Kcal 蛋白質: 25.3g 脂質: 21.1g 塩分: 1.9g</p>	<p>14 《誕生会》 たけのこご飯 けんちん汁 鶏肉の唐揚げ 菜の花のツナマヨ和え フルーツ</p>  <p>カルピス いちごシュークリーム エネルギー: 520Kcal 蛋白質: 21.9g 脂質: 25.5g 塩分: 2.4g</p>	<p>15 ラーメン 揚げぎょうざ フルーツ</p> <p>牛乳 どらやきせんべい エネルギー: 686Kcal 蛋白質: 20.7g 脂質: 17.7g 塩分: 1.9g</p>
<p>17 にらのかき卵汁 鱈の味噌煮 切り干し大根の醤油マヨサラダ フルーツ</p> <p>牛乳 バナナケーキ エネルギー: 639Kcal 蛋白質: 24.9g 脂質: 25.3g 塩分: 2g</p>	<p>18 味噌汁 豆腐ハンバーグ 大根サラダ フルーツ</p> <p>牛乳 がんづき エネルギー: 611Kcal 蛋白質: 24.3g 脂質: 20.7g 塩分: 1g</p>	<p>19 たまごスープ 八宝菜 さつま芋のレモン煮 納豆 フルーツ</p> <p>牛乳 ピザトースト エネルギー: 716Kcal 蛋白質: 25.7g 脂質: 24.4g 塩分: 2.2g</p>	<p>20 味噌汁 鮭の生姜焼き 肉じゃが煮 フルーツ</p> <p>麦茶 ツナコンドリア エネルギー: 588Kcal 蛋白質: 28.5g 脂質: 20g 塩分: 1.9g</p>	<p>21 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 和風サラダ フルーツ</p> <p>牛乳 ミニフランスパン エネルギー: 602Kcal 蛋白質: 25.1g 脂質: 17.4g 塩分: 2.5g</p>	<p>22 めかぶうどん 豚肉とたけのこの煮物 フルーツ</p> <p>牛乳 タルトせんべい エネルギー: 681Kcal 蛋白質: 18g 脂質: 20.1g 塩分: 2.1g</p>
<p>24 味噌汁 チキンカツ キャベツのごま和え フルーツ</p> <p>ジョア メロンパン風トースト エネルギー: 787Kcal 蛋白質: 30.5g 脂質: 22.8g 塩分: 1.5g</p>	<p>25 ほうれん草とひき肉のカレ ウインナー 春雨のマヨネーズサラダ フルーツ</p> <p>麦茶 ソフルせんべい エネルギー: 636Kcal 蛋白質: 21.3g 脂質: 25.8g 塩分: 2.3g</p>	<p>26 中華スープ かに玉風卵焼き パンパンジー ごま塩ふりかけ フルーツ</p> <p>牛乳 ココアマドレーヌ エネルギー: 632Kcal 蛋白質: 24.9g 脂質: 27.2g 塩分: 2.2g</p>	<p>27 すまし汁 焼き魚(鯖) 大豆とひじきのきんぴら フルーツ</p> <p>牛乳 食パンサンド エネルギー: 576Kcal 蛋白質: 23.7g 脂質: 18g 塩分: 1.7g</p>	<p>28 スープ 肉団子のトマト煮 ポテトサラダ フルーツ</p> <p>麦茶 春キャベツのパスタ エネルギー: 546Kcal 蛋白質: 15.2g 脂質: 20.8g 塩分: 2.7g</p>	<p>29 (昭和の日)</p> 