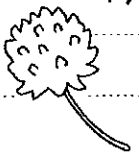


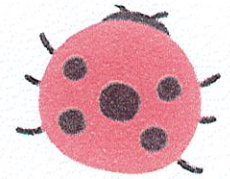
令和03年4月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
<p>・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のでご了承下さい。 ・4月1日に紅白まんじゅうを配ります。</p> 			<p>1 ご飯</p> <p>味噌汁 鯖の西京焼き 大根と鶏肉の煮物 ゆかりふりかけ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 豆腐ドーナツ エネルギー：585Kcal 蛋白質：24.2g 脂質：18.5g 塩分：1.6g</p>	<p>2 ご飯</p> <p>ひき肉とうすら卵のカレー チキンカツ グリーンサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 ヨーグルト ビスコ エネルギー：627Kcal 蛋白質：25.1g 脂質：21.5g 塩分：2.0g</p>	<p>3</p> <p>じゃじゃ麺 さつま芋の天ぷら フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 カステラ エネルギー：484Kcal 蛋白質：13.5g 脂質：16.2g 塩分：1.9g</p>
<p>5 ご飯</p> <p>スープ ポークピカタ きのごサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 焼きおにぎり エネルギー：486Kcal 蛋白質：14.4g 脂質：15.2g 塩分：1.6g</p>	<p>6 ご飯</p> <p>味噌汁 豆腐とエビのケチャップ煮 ごぼうサラダ チーズ納豆 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 シュガーパイ エネルギー：533Kcal 蛋白質：17.5g 脂質：18.4g 塩分：2.0g</p>	<p>7 ご飯</p> <p>味噌汁 さんまのみぞれ煮 筑前煮 フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：568Kcal 蛋白質：22.1g 脂質：16.9g 塩分：1.8g</p>	<p>8 ご飯</p> <p>味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 青菜のなめ茸和え フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ワッフル せんべい エネルギー：538Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：17.7g 塩分：1.7g</p>	<p>9 ご飯</p> <p>スープ ジャーマンオムレツ スパゲッティサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ハンバーグサンド エネルギー：680Kcal 蛋白質：26.0g 脂質：26.9g 塩分：2.0g</p>	<p>10</p> <p>かしわうどん 大根とツナの煮物 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ホットケーキ エネルギー：430Kcal 蛋白質：14.2g 脂質：12.0g 塩分：1.9g</p>
<p>12 ご飯</p> <p>味噌汁 鮭のチーズフライ キャベツのごま和え フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 きなこ揚げパン エネルギー：554Kcal 蛋白質：23.0g 脂質：16.2g 塩分：1.8g</p>	<p>13 誕生会</p> <p>たけのご飯 けんちん汁 かつおフライ 菜の花のツナマヨ和え フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：野菜ジュース いちごパウンドケーキ エネルギー：505Kcal 蛋白質：24.4g 脂質：18.7g 塩分：1.3g</p> 	<p>14 ご飯</p> <p>スープ 鶏肉のトマト煮 しょうゆフレンチサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ツナコーンドリア エネルギー：648Kcal 蛋白質：21.6g 脂質：28.1g 塩分：1.5g</p>	<p>15 ご飯</p> <p>味噌汁 焼き魚(鯖) 青菜の磯部和え めかぶ納豆 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 パナナケーキ エネルギー：542Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：14.6g 塩分：1.7g</p>	<p>16 ご飯</p> <p>味噌汁 鶏肉の甘辛揚げ 和風サラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：ショア 二色クッキー エネルギー：624Kcal 蛋白質：19.9g 脂質：21.9g 塩分：1.9g</p>	<p>17</p> <p>肉入りそうめん マカロニサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 シュガーロール エネルギー：452Kcal 蛋白質：15.8g 脂質：20.8g 塩分：2.0g</p>
<p>19 ご飯</p> <p>味噌汁 鮭の生姜焼き すき昆布の炒め煮 フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：麦茶 焼きうどん エネルギー：451Kcal 蛋白質：22.4g 脂質：7.4g 塩分：2.1g</p>	<p>20 ご飯</p> <p>スープ 豆腐ハンバーグ 添え野菜 フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 スイートコーンケーキ エネルギー：572Kcal 蛋白質：17.6g 脂質：20.3g 塩分：1.5g</p>	<p>21 ご飯</p> <p>味噌汁 五目卵焼き つるるん野菜チャイナ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ビビンバ風混ぜご飯 エネルギー：560Kcal 蛋白質：20.9g 脂質：16.9g 塩分：1.5g</p>	<p>22 ご飯</p> <p>すまし汁 かじきまぐろのごま味噌焼き 肉じゃが煮 ごま塩ふりかけ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 たまご蒸しパン エネルギー：501Kcal 蛋白質：20.0g 脂質：15.0g 塩分：1.5g</p>	<p>23 ご飯</p> <p>洋風味噌汁 揚げぎょうざ ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ</p> <p>午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：613Kcal 蛋白質：23.3g 脂質：21.8g 塩分：2.0g</p>	<p>24</p> <p>きつねうどん 大根のきんぴら フルーツ</p> <p>午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 たらやき せんべい エネルギー：478Kcal 蛋白質：13.8g 脂質：12.6g 塩分：2.2g</p>
<p>26 ご飯</p> <p>味噌汁 鯖の味噌マヨネーズ焼き 五目きんぴら フルーツ</p> <p>午前：牛乳 ビスケット 午後：野菜ジュース 和風トースト エネルギー：678Kcal 蛋白質：22.5g 脂質：23.3g 塩分：1.6g</p>	<p>27 ご飯</p> <p>スープ ほうれん草と卵のチーズ焼き ツナサラダ フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 シーフードスパゲッティ エネルギー：572Kcal 蛋白質：23.8g 脂質：20.9g 塩分：1.9g</p>	<p>28 ご飯</p> <p>チキンカレー しゅうまい 白菜の即席漬け フルーツ</p> <p>午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 りんごパウンドケーキ エネルギー：593Kcal 蛋白質：20.1g 脂質：16.8g 塩分：1.7g</p>	<p>29 (昭和の日)</p> 	<p>30 ご飯</p> <p>たまごスープ 揚げぎょうざ もやし中華サラダ フルーツ</p> <p>午前：ヨーグルト 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：526Kcal 蛋白質：18.4g 脂質：17.1g 塩分：1.6g</p>	



4月 たまご組 後期食給食献立予定



アケボノ保育園

日	曜	昼 食	軽 食
1	木	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、大根の煮物	豆腐パンケーキ
2	金	おかゆ、シチュー、肉団子のあんかけ、ブロッコリーサラダ	ヨーグルト、白せんべい
3	土	おかゆ、味噌汁、魚のうま煮、ブロッコリーサラダ	魚おじや
5	月	おかゆ、スープ、ささみのクリーム煮、キャベツサラダ	野菜おじや
6	火	おかゆ、味噌汁、豆腐のそぼろあんかけ、かぼちゃの甘煮	パンケーキ
7	水	おかゆ、味噌汁、煮魚、じゃがいもの煮物	さつまいもペーストサンド
8	木	おかゆ、味噌汁、鶏肉のほぐし煮、青菜の和え物	そうめん汁
9	金	おかゆ、スープ、豆腐のあんかけ、ブロッコリーサラダ	ミルクトースト
10	土	うどん汁、大根とツナの煮物	ヨーグルト、白せんべい
12	月	おかゆ、味噌汁、魚のうま煮、キャベツサラダ	かぼちゃペーストサンド
13	火	おかゆ、すまし汁、豆腐のミルク煮、ほうれん草のお浸し	そうめん汁
14	水	おかゆ、スープ、ささみのほぐし煮、さつまいもの甘煮	魚おじや
15	木	納豆がゆ、味噌汁、煮魚、青菜の和え物	バナナパンケーキ
16	金	おかゆ、味噌汁、鶏肉のうま煮、かぼちゃサラダ	野菜おじや
17	土	そうめん汁、キャベツサラダ	ヨーグルト、白せんべい
19	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、さつまいもの甘煮	うどん汁
20	火	おかゆ、スープ、豆腐ハンバーグ、添え野菜	カップケーキ
21	水	おかゆ、味噌汁、かぼちゃのそぼろあんかけ、ほうれん草のお浸し	魚おじや
22	木	おかゆ、すまし汁、魚のみそ煮、肉じゃが煮風	蒸しぱん
23	金	おかゆ、味噌汁、ささみのクリーム煮、ブロッコリーサラダ	さつまいもペーストサンド
24	土	うどん汁、大根のきんぴら	ヨーグルト、白せんべい
26	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、じゃがいもの煮物	かぼちゃペーストサンド
27	火	おかゆ、スープ、豆腐のあんかけ、キャベツサラダ	そうめん汁
28	水	おかゆ、シチュー、肉団子のあんかけ、白菜のお浸し	野菜おじや
29	木	(昭和の日)	
30	金	おかゆ、スープ、鶏肉のうま煮、かぼちゃの甘煮	ミルクトースト