



4月献立予定表



清原保育園 幼児

日	曜日	乳児のみ9:30おやつ	昼 食								3:00おやつ
			乳児栄養価				幼児栄養価				
			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	
2	月	ムース	ふりかけごはん 魚の塩焼き 厚揚げ煮 おひたし わかめのみそ汁 バナナ								フライドポテト
			469	22.3	13.6	1.9	577	27.7	17.3	2.3	
3	火	おせんべい お茶	ごはん スタミナ焼肉 茹でキャベツ 厚焼き玉子 こまつなのみそ汁 オレンジ								ホットケーキ
			488	20.3	20	1.8	608	23.8	23	2	
4	水	ビスケット お茶	麻婆はるさめ ナムル 餃子 中華スープ GF								杏仁フルーツ
			506	21.6	19.5	1.7	612	23.5	21.8	2.1	
5	木	コーンフレーク	ごはん 肉豆腐 ゆで卵 おひたし 味噌汁 パイン								原宿ドック
6	金	ヨーグルト	ごはん 魚のフライ コーンサラダ 切干大根のごまあえ 豆腐のみそ汁 GFルビー								おふらすく
			463	25.1	15.8	1.3	592	28.6	19.7	1.9	
7	土		おまかせメニュー								
9	月	ムース	ごはん 煮込みハンバーグ フライドポテト スパサラ コンソメスープ パイン								ワッフル
			470	21.6	12.3	2.5	588	22.7	17.7	3.3	
10	火	フルーツ	ごはん 魚の味噌煮 ゆかりあえ 筑前煮 ほうれんそうのすまし汁 GFルビー								バナナケーキ
			459	18.6	14.3	2.1	568	21.1	16.4	2.6	
11	水	ビスケット お茶	カレーライス グリーンサラダ トマト ゆで卵 コンソメスープ オレンジ								ヨーグルト お菓子
			500	17.9	20.3	3	610	22.3	23	3.4	
12	木	おせんべい お茶	ごはん つくね焼き にんじんきんぴら おかかあえ 油揚げのみそ汁 GF								たいやき
			457	17.8	10.9	1.5	550	23.9	12.5	1.8	
13	金	ヨーグルト	ごはん かに玉 チャブチェ シューマイ 中華スープ GFルビー								ゼリーポンチ
			466	15.3	10.1	2.5	556	16.7	11.4	3.3	
14	土		おまかせメニュー								
16	月	コーンフレーク	パン ナポリタン チキンナゲット 生野菜サラダ スープ パイン								おにぎり
			501	20.5	15.6	3.1	587	21.6	16.3	3.9	
17	火	ビスケット お茶	ごはん 回鍋肉 はるまき 春雨サラダ 中華スープ GF								フルーツヨーグルト
			465	17.3	15.9	2.4	558	20.9	15.9	3.3	
18	水	おせんべい お茶	ごはん からあげ 酢の物 五目煮 たまねぎのみそ汁 GFルビー								クレープ
			502	22.2	14.1	2.1	587	25.3	17.6	2.9	
19	木	フルーツ	ごはん 魚のマヨ焼き いそあえ 大根きんぴら みそしる オレンジ								プリン おかし
			503	22.1	13.2	1.7	600	25.8	17.5	2.2	
20	金	ムース	ごはん ミートボール酢豚 ナムル 餃子 スープ バナナ								ココアケーキ
			486	21.3	19.6	1.6	578	23.7	21.5	1.8	
21	土		おまかせメニュー								
23	月	ヨーグルト	わかめごはん 魚の塩焼き いそあえ がんも煮 豆腐味噌汁 GFルビー								星ポテト
			477	15.4	18.2	2.1	580	18.3	20	2.7	
24	火	おせんべい お茶	ごはん 鶏のネギ塩焼き ひじき煮 おひたし 小松菜のみそ汁 バナナ								ジャムパン
			500	14.2	16.3	2.3	591	18.9	18.1	3	
25	水	ムース	ふりかけごはん はんぺんチーズフライ シューマイ コールスローサラダ コーンスープ GF								フルーツポンチ
			480	22.1	15.9	2.3	599	24	19.3	3.1	
26	木	ビスケット お茶	ごはん 煮込みハンバーグ ツナ入りマッシュポテト 生野菜サラダ コンソメスープ オレンジ								ゼリー おかし
			510	23.5	13.2	2.1	602	25.2	15.9	2.6	
27	金	ウエハース	焼きそば パン ミニメンチ 茹で野菜 中華スープ GFルビー 牛乳								おにぎり
			503	24.3	13.1	2.3	613	28.2	15.7	3	
28	土		おまかせメニュー								
30	月	おせんべい お茶	パン ミートスパゲティ オムレツ グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ								コーンフレーク
			504	15.2	14.1	1.5	677	16.2	18.3	2	

材料入手の都合により、一部変更することもありますのでご了承下さい。 月水金曜日は牛乳になりま

平成30年