



# 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	
1	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 パイン								星ポテト
			469	22.3	13.6	1.9	577	27.7	17.3	2.3	
2	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								ゼリー おかし
			488	20.3	20	1.8	608	23.8	23	2	
3	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	
4	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								ムース
			504	15.2	14.1	1.5	677	16.2	18.3	2	
5	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 わかめのみそ汁 GFルビー								おふらすく
			463	25.1	15.8	1.3	592	28.6	19.7	1.9	
6	土		おまかせメニュー								
8	月	ムース	ごはん かに玉 チャプチェ シューマイ 中華スープ パイン								ヨーグルト お菓子
			470	21.6	12.3	2.5	588	22.7	17.7	3.3	
9	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	
10	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								コーンフレーク
			500	17.9	20.3	3	610	22.3	23	3.4	
11	木	おせんべい お茶	ごはん つくね焼き ひじき煮 おかかあえ 油揚げのみそ汁 GF								フライドポテト
			457	17.8	10.9	1.5	550	23.9	12.5	1.8	
12	金	ヨーグルト	ごはん ハンバーグ とまと スパサラ コンソメスープ パイン								ゼリーポンチ
			466	15.3	10.1	2.5	556	16.7	11.4	3.3	
13	土		おまかせメニュー								
15	月	コーンフレーク	パン ミーツパグティ 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	
16	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	
17	水	おせんべい お茶	ごはん からあげ 酢の物 五目煮 こまつなのみそ汁 GFルビー								ジャムパン
			502	22.2	14.1	2.1	587	25.3	17.6	2.9	
18	木	フルーツ	ごはん 魚のマヨ焼き ごまあえ 厚焼き玉子 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	
19	金	ムース	ごはん 胡麻ささみフライ コールスローサラダ とまと スープ GF								フルーツポンチ
			486	21.3	19.6	1.6	578	23.7	21.5	1.8	
20	土		おまかせメニュー								
22	月	ヨーグルト	わかめごはん 魚のフライ いそあえ がんも煮 豆腐味噌汁 GFルビー								かぼちゃプリン
			477	15.4	18.2	2.1	580	18.3	20	2.7	
23	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 パナナ								ジャムパン
			500	14.2	16.3	2.3	591	18.9	18.1	3	
24	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 トマトサラダ コンソメスープ GF								フルーツポンチ
			480	22.1	15.9	2.3	599	24	19.3	3.1	
25	木	ビスケット お茶	ごはん 生姜焼き 厚焼き玉子 切干大根煮 みそ汁 パイン								ゼリー おかし
			510	23.5	13.2	2.1	602	25.2	15.9	2.6	
26	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	
27	土		おまかせメニュー								
29	月										
30	火										

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31年