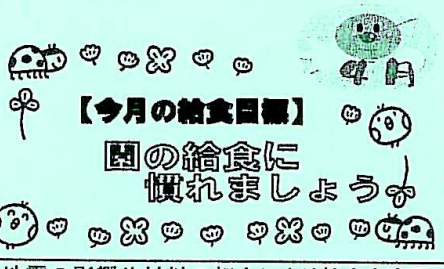
こんげつの よてい こんだてひょう

平成23年 4月分

日(曜)	献立名（共通分）		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食（PM）	間食（AM）	主食		ｴﾈﾙｷﾞｰ(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1（金）	◆入園式◆ カレーライス 小女子甘煮 ほうじ茶 いちご	せんべい ヤクルト400	バナナ	ご飯 ほうじ茶	入園式	442	13.6	6.2	1.4
2（土）	チョコサンド 野菜スープ オレンジ	バナナ	せんべい みかんジュース	チョコサンド 野菜スープ		391	7.2	13.1	0.6
3（日）									
4（月）	コロコロスープ 鶏肉のさっぱり煮 グレープフルーツ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	クラッカー ヤクルト	ご飯 コーンソテー		283	15.7	11.5	1.5
5（火）	煮魚 スパゲティサラダ いちご ほうじ茶	おやつパン(クリーム) 牛乳	せんべい ジョア	ご飯 豆腐汁		351	14.9	19.1	1.2
6（水）	ポークカレー 小女子甘煮 野菜生活 バナナ	お星さまヨーグルト せんべい	麩菓子 牛乳	ご飯 野菜生活		309	12.8	6.9	1.8
7（木）	肉じゃが煮 半月卵 いちご ほうじ茶	手作りドーナツ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 キャベツ汁		394	13.2	17.3	0.8
8（金）	おかず焼きそば ウィンナー 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	クラッカー みかんジュース	ご飯 牛乳		410	14.2	16.8	1.0
9（土）	ピーナツサンド 春雨サラダ 牛乳 オレンジ	ビスケット 気になる野菜	バナナ	ピーナツサンド 牛乳		641	20.0	18.5	2.3
10（日）									
11（月）	のっぺい汁 ささみ揚げ バナナ	ドリンクヨーグルト 食べる小魚	たまごボーロ 牛乳	ご飯 漬け物		295	23.5	9.7	1.7
12（火）	焼き魚 ポテトサラダ 金時煮豆 オレンジ ほうじ茶	おやつパン(チョコ) 牛乳	クラッカー ヤクルト	ご飯 きのこ汁		395	18.4	18.0	0.8
13（水）	焼き肉 ビーフンソテー いちご ほうじ茶	わかめおにぎり ヤクルト400	アスパラガス 牛乳	ご飯 若布汁		355	12.7	10.5	1.3
14（木）	五目ひじき煮 スクランブルエッグ バナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	ビスケット 気になる野菜	ご飯 ニラ汁		299	13.6	14.2	1.1
15（金）	☆お誕生会☆ しらす香りご飯 照り焼きチキン 春キャベツ和え えのき汁 いちご ヤクルト	アイスクリーム	Caウエハース 牛乳	お楽しみ献立		455	17.0	13.4	1.7
16（土）	甘バターサンド 生揚げのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	甘バターサンド 牛乳		598	21.7	18.6	1.1
17（日）									
18（月）	たんぽぽシチュー 竹輪とこんにゃくの煮物 バナナ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	麩菓子 牛乳	ご飯 豚そぼろ		289	11.8	6.3	2.3
19（火）	魚の竜田揚げ 土佐和え いちご ほうじ茶	フルーツサンド 牛乳	カップゼリー	ご飯 きのこ汁		306	17.8	11.7	1.4
20（水）	ミートボール 温野菜 グレープフルーツ ほうじ茶	クラッカー チーズ ジョア	たまごボーロ 牛乳	ご飯 若布汁		354	18.9	13.2	1.6
21（木）	五目納豆 さつま芋のバター煮 いちご ほうじ茶	ビスコ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 キャベツ汁		339	13.3	15.0	1.1
22（金）	スパゲティミートソース レバーの甘煮 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	バナナ	ご飯 牛乳		363	17.1	12.5	1.3
23（土）	**春の遠足**								
24（日）									
25（月）	チキンときのこのカレー 小女子甘煮 牛乳 いちご	ドリンクヨーグルト 食べる小魚	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		273	16.0	11.3	1.9
26（火）	魚の照り焼き アスパラサラダ バナナ ほうじ茶	おやつパン(甘バター) 牛乳	ピーチヨーグルト	ご飯 きのこ汁		401	16.7	21.1	1.1
27（水）	鶏の唐揚げ 三色和え グレープフルーツ ほうじ茶	せんべい 野菜生活	Feウエハース 牛乳	ご飯 ニラ汁		283	12.0	10.4	1.7
28（木）	切り干し大根の含め煮 スクランブルエッグ いちご ほうじ茶	カップケーキ 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 豆腐汁		354	15.1	17.0	1.2
29（金）	**昭和の日**								
30（土）	野菜サンド 豆乳 プルーン オレンジ	カップゼリー せんべい	バナナ	野菜サンド 豆乳		528	13.5	18.9	1.3



入園・進級おめでとうございます

今月は新しいお友だち、お部屋、先生にドキドキ、ワクワクの毎日だと思います。新しい環境に慣れるまでは心身共に疲れやすくなると思います。ご家庭であたたかく見守ってください。

朝ごはんは一日のはじめに食べる大切な食事です。毎日を元気に過ごすためにも、生活時間にゆとりをもち、朝ごはんの習慣をきちんと身につけましょう。

土曜日も副食がありますので、３歳以上児はお箸を持たせてください。

＊地震の影響や材料の都合により献立を変更する場合があります。

門田報徳保育園