こんげつの よてい こんだてひょう

平成24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		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1（日）									
2（月）	入園式 ポークカレーライス 小女子甘煮 牛乳 いちご	プレーンヨーグルト Feウエハース	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		466	16.5	11.7	1.8
3（火）	焼き魚 スパゲティサラダ オレンジ ほうじ茶	おやつパン(ミルクリッチ) 牛乳	バナナ	ご飯 青菜汁		321	16.5	15.5	0.6
4（水）	照り焼きチキン 中華サラダ グレープフルーツ ほうじ茶	手作りドーナツ 野菜生活	麩菓子 牛乳	ご飯 ニラ汁		343	13.2	14.2	2.0
5（木）	麻婆豆腐 半月卵 オレンジ ほうじ茶	せんべい 牛乳	プリン	ご飯 キャベツ汁		300	16.3	13.2	1.1
6（金）	ナポリタンスパゲティ レバーの甘煮 牛乳 いちご	クラッカー チーズ ジョア(オレンジ)	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		409	19.9	12.5	1.3
7（土）	チョコサンド 春野菜スープ 牛乳 バナナ	りんごゼリー せんべい	ビスケット スポロン	チョコサンド 牛乳		504	10.8	15.8	1.3
8（日）									
9（月）	たんぽぽシチュー 竹輪と高野豆腐の含め煮 オレンジ	手作りヨーグルト 食べる小魚	せんべい ヤクルト	ご飯 春キャベツソテー		310	17.2	7.7	2.2
10（火）	まぐろの竜田揚げ 土佐和え いちご ほうじ茶	おやつパン(ピーナツ) 牛乳	アスパラガス スポロン	ご飯 豆腐汁		269	17.4	7.5	1.5
11（水）	五目納豆 さつま芋のバター煮 グレープフルーツ ほうじ茶	きな粉カップケーキ 野菜生活	動物ビスケット 牛乳	ご飯 なめこ汁		325	13.8	10.9	1.8
12（木）	切り干し大根の含め煮 スクランブルエッグ バナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	アロエヨーグルト	ご飯 若布汁		349	13.8	13.8	1.3
13（金）	お誕生日会 ★しらす香りご飯 ミートボール 春キャベツ和え えのき汁 いちご★	アイスクリーム	Caウエハース 牛乳	お楽しみ献立		415	16.7	14.7	2.0
14（土）	クリームサンド 小松菜ともやしソテー 牛乳 オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	クリームサンド 牛乳		458	15.0	16.2	0.9
15（日）									
16（月）	むらくも汁 鶏肉のさっぱり煮 オレンジ ヤクルト	ドリンクヨーグルト おしゃぶり昆布	たまごボーロ 牛乳	ご飯 青菜和え		303	19.6	11.4	2.7
17（火）	さばの味噌煮 マッシュサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	フルーツサンド 牛乳	せんべい スポロン	ご飯 ニラ玉汁		419	17.5	23.6	1.6
18（水）	ソース煮込みヒレカツ 三色和え バナナ ほうじ茶	せんべい ジョア(いちご)	麩菓子 牛乳	ご飯 しめじ汁		368	18.5	5.3	2.0
19（木）	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 いちご ほうじ茶	ビスコ 牛乳	ももゼリー	ご飯 きゃべつ汁		344	13.6	19.0	1.0
20（金）	おかず焼きそば ボイルウインナー 牛乳 グレープフルーツ	プリン せんべい	アスパラガス ヤクルト	ご飯 牛乳		426	16.9	21.4	1.1
21（土）	**春の合同遠足**								
22（日）									
23（月）	グリーンアスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	手作りヨーグルト 食べる小魚	バナナ	ご飯 牛乳		311	17.1	10.8	1.9
24（火）	焼き魚 青菜和え 煮豆 バナナ ほうじ茶	おやつパン(セサミ) 牛乳	クラッカー ヤクルト	ご飯 なめこ汁		346	19.7	9.8	1.0
25（水）	焼き肉 ビーフンソテー グレープフルーツ ほうじ茶	せんべい ヤクルト400	ビスコ 牛乳	ご飯 なめこ汁		302	11.4	9.4	1.3
26（木）	肉じゃが煮 半月卵 オレンジ ほうじ茶	ビスケット 牛乳	元気ヨーグルト	ご飯 豆腐汁		280	11.8	10.7	0.8
27（金）	五目そうめん 揚げ出し豆腐 牛乳 バナナ	わかめおにぎり ジョア(プルーン)	せんべい スポロン	五目そうめん 牛乳		481	16.7	10.8	1.3
28（土）	エッグパン 豆乳 プルーン いちご	ミルクプリン せんべい	Feウエハース 牛乳	エッグパン 豆乳		567	16.7	21.0	1.3
29（日）	**昭和の日**								
30（月）	**振替休日**								

入園・進級おめでとうございます！

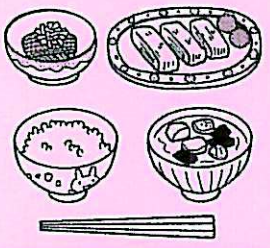
今月の給食目標

園の給食に慣れましょう

朝ごはんを食べて登園させましょう

朝、元気のない子に話を聞いてみると、朝ごはんを食べていないことがあります。朝ごはんを食べると体温や血糖値が上昇し、脳や体が目覚めます。

朝ごはんは、元気のもとです。毎日、必ず食べる習慣をつけましょう。



＊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