



# 平成28年4月 献立表



日 曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー kcal	タンパク g	脂 質 g	食塩相当 量 g	備考
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 金	ブリの照り焼き なめこ汁 オレンジ	マカロニサラダ 野菜生活 せんべい		ご飯	305	15.6	8.8	0.8	入園式
2 土	甘バターサンド 牛乳 バナナ	春雨サラダ ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	甘バターサンド	625	19.6	19.6	1.7	
3 日									
4 月	長いものそぼろ煮 厚揚げの田楽 豚汁 いちご	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	311	13.2	9.6	1.9	
5 火	焼肉 ビーフソテー すまし汁 グレープフルーツ	牛乳 ビスコ	麦茶 玉子ボーロ	ご飯	350	16.1	20.8	1.7	
6 水	カレイの煮物 春キャベツサラダ なめこ汁 オレンジ	牛乳 フレンチトースト	バナナ	ご飯	339	18.5	12.9	1.8	
7 木	五目昆布 スクランブルエッグ 豆麩汁 バナナ	ぶどうジュース せんべい	牛乳プリン	ご飯	311	9.7	7	2.1	
8 金	焼きうどん ウインナー 牛乳 いちご	ジョア チーズおにぎり	ヤクルト せんべい	焼きうどん	585	24.1	21.7	2.1	
9 土	クリームサンド きのこソテー 牛 乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	クリームサンド	471	16.7	20.6	1.6	
10 日									
11 月	ポークチャップ グリーンサラダ コーンチャウダー バナナ	飲むヨーグルト 小魚	ぶどうジュース せんべい	ご飯	428	19.1	21.5	2.3	
12 火	鶏のから揚げ 温野菜 豆腐汁 グレープフルーツ	スポロン せんべい	麦茶 麩菓子	ご飯	318	13.4	12.2	1.5	
13 水	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ わかめ汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	346	21.4	14.5	1.5	
14 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 キャベツ汁 いちご	牛乳 ビスケット	ヨーグルト	ご飯	320	13.1	13.4	1.4	
15 金	ミートローフ ごぼうサラダ 牛乳 わかめご飯	誕生ケーキ 麦茶 アイス		わかめご飯	541	18.4	27.7	1.6	お誕生会
16 土	ソフトフランス(ジャム&マーガ リン) 中華ソテー 牛乳 バナナ	プリン せんべい	麦茶 ビスコ	ソフトフランス(ジャ ム&マーガリン)	550	16	18.6	1.5	
17 日									
18 月	鶏肉のさっぱり煮 炒り豆腐 ワンタンスープ オレンジ	ヨーグルト あたりめ	果実ジュース せんべい	ご飯	3121	21.3	10.9	1	
19 火	とんかつ 千切キャベツ 青菜汁 グレープフルーツ	ヤクルト せんべい	麦茶 玉子ボーロ	ご飯	334	19.6	4.3	1.6	
20 水	さばの味噌煮 切干大根サラダ すまし汁 バナナ	牛乳 おやつパン	スポロン せんべい	ご飯	357	18.9	13.1	1.8	
21 木	マーボー豆腐 花型卵 わかめ汁 いちご	牛乳 ホットケーキ	ゼリー	ご飯	440	23	21.3	2.3	
22 金	アスパラとトマトのクリームスパ ゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 グレープフルーツ	野菜生活 せんべい	ヨーク ビスコ	アスパラとトマトのク リームスパゲッティ	482	21	16.8	2.1	
23 土	チョコサンド ポテトのカレー炒め 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスケット	チョコサンド	619	19.6	21.6	2	
24 日									
25 月	ビーンズカレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	286	11.7	11	1.7	
26 火	チーズハンバーグ ボイル野菜 なめこ汁 オレンジ	牛乳 焼き芋	麦茶 麩菓子	ご飯	323	15.1	13.6	1.5	
27 水	タラの磯部揚げ 青菜和え キャベツ汁 いちご	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	307	16.8	12.8	0.9	
28 木	たけのこの含め煮 かぼちゃキッ シュ 豆腐汁 バナナ	クラッカー チーズ ジョア	プリン	ご飯	458	20.9	14.8	1.9	
29 金									
30 土	ツナコーンサンド ミートグラタン 牛乳 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	ツナコーンサンド	628	20.6	26.1	1.9	昭和の日