






4月の献立表

曜日	全園児				栄養価	
	3歳未満児	主食	昼食	午後おやつ	3歳未満児	3歳以上児
1 火	茶 黄桃缶	めん	クリームスパゲティ ミニトマト 小麦茶	牛乳 きなこ揚げパン	エネルギー 557kcal タンパク質 20.5g 脂質 23.6g 食塩 2.1g	エネルギー 661kcal タンパク質 25.5g 脂質 29.5g 食塩 2.6g
2 水	茶 ココナッツサブレ	ごはん	中華丼 わかめスープ グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 ピピピチーズ 甘辛せんべい	エネルギー 390kcal タンパク質 15.6g 脂質 18.7g 食塩 1.5g	エネルギー 492kcal タンパク質 18.9g 脂質 18.8g 食塩 2.0g
3 木	茶 蒸しじゃがいも	めん	焼きうどん 豆腐シウマイ オレンジ 小麦茶	麦茶 豆乳リゾット	エネルギー 281kcal タンパク質 10.1g 脂質 9.2g 食塩 1.1g	エネルギー 368kcal タンパク質 13.0g 脂質 12.3g 食塩 1.5g
4 金	茶 星せんべい	ごはん	【入園進級式】ちらしごはん ひとくちエビフライ コーンフレークサラダ 若竹汁 いちご 小麦茶	麦茶 お祝いデザート	エネルギー 308kcal タンパク質 9.3g 脂質 5.1g 食塩 2.1g	エネルギー 368kcal タンパク質 13.0g 脂質 12.3g 食塩 2.4g
5 土	みかんゼリー	パン	コッペパン バナナ 牛乳		エネルギー 558kcal タンパク質 11.2g 脂質 24.7g 食塩 0.8g	エネルギー 320kcal タンパク質 10.5g 脂質 5.4g 食塩 1.1g
6 日			お休み			
7 月	茶 卵ボーロ	ごはん	五目卵焼き ほうれん草のお浸し じゃがいもの味噌汁 トマト 小麦茶	牛乳 マーマレード蒸しパン	エネルギー 439kcal タンパク質 15.9g 脂質 12.4g 食塩 1.2g	エネルギー 531kcal タンパク質 20.7g 脂質 15.9g 食塩 1.5g
8 火	茶 野菜せんべい	ごはん	チンジャオロース 焼き餃子 豆腐の中華スープ グレープフルーツ 小麦茶	麦茶 そうめんチャンプルー	エネルギー 391kcal タンパク質 14.2g 脂質 10.1g 食塩 3.0g	エネルギー 488kcal タンパク質 18.1g 脂質 12.6g 食塩 3.7g
9 水	茶 蒸しさつままいも	ごはん	アスパラつくね 納豆しらす和え ちくわのすまし汁 オレンジ 小麦茶	麦茶 ピスコ	エネルギー 430kcal タンパク質 16.6g 脂質 6.9g 食塩 1.3g	エネルギー 402kcal タンパク質 19.2g 脂質 8.1g 食塩 1.6g
10 木	茶 バナナ	ごはん	メカジキ照り焼き ココロポテトサラダ かきたま汁 ミニトマト 小麦茶	牛乳 焼き豆乳ドーナツ	エネルギー 530kcal タンパク質 20.9g 脂質 19.4g 食塩 1.1g	エネルギー 557kcal タンパク質 24.7g 脂質 23.0g 食塩 1.4g
11 金	茶 ハッピーターン	ごはん	厚揚げ酢豚風 わかめのナムル えのきの中華スープ パイナップル 小麦茶	牛乳 ミニクワッサン	エネルギー 427kcal タンパク質 10.9g 脂質 15.4g 食塩 1.6g	エネルギー 519kcal タンパク質 14.6g 脂質 17.8g 食塩 1.9g
12 土	ヨーグルト	めん	和風スパゲティ グレープフルーツ 牛乳		エネルギー 357kcal タンパク質 16.1g 脂質 14.2g 食塩 0.9g	エネルギー 388kcal タンパク質 16.4g 脂質 17.5g 食塩 1.0g
13 日			お休み			
14 月	茶 Caせんべい	ごはん	チキンカレー チーズサラダ 福神漬け バナナ 小麦茶	麦茶 シュークリーム	エネルギー 574kcal タンパク質 15.7g 脂質 20.3g 食塩 2.1g	エネルギー 644kcal タンパク質 18.5g 脂質 23.9g 食塩 2.4g
15 火	茶 大根煮	ごはん	鶏そぼろチャーハン チンゲン菜中華和え グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 カップグラタン	エネルギー 347kcal タンパク質 18.2g 脂質 10.7g 食塩 1.0g	エネルギー 404kcal タンパク質 17.8g 脂質 13.1g 食塩 1.2g
16 水	茶 ウエハース	パン	スティックパン パリッオーネ クラムチャウダー いちご 小麦茶	麦茶 じゃこおにぎり	エネルギー 467kcal タンパク質 16.3g 脂質 20.5g 食塩 2.8g	エネルギー 550kcal タンパク質 19.7g 脂質 24.7g 食塩 3.4g
17 木	茶 みかん缶	めん	みそラーメン シヨールンポー ミニトマト 小麦茶	牛乳 ナンDEチョコバナナ	エネルギー 532kcal タンパク質 21.3g 脂質 19.9g 食塩 2.4g	エネルギー 652kcal タンパク質 27.0g 脂質 24.0g 食塩 3.2g
18 金	茶 クラッカー	ごはん	春野菜シチュー プロッコリーとえびのサラダ オレンジ 小麦茶	麦茶 おこめせんべい	エネルギー 448kcal タンパク質 11.7g 脂質 11.8g 食塩 1.9g	エネルギー 519kcal タンパク質 14.2g 脂質 11.7g 食塩 2.2g
19 土	プリン	めん	トマトクリームパンネ パイナップル 牛乳		エネルギー 222kcal タンパク質 7.5g 脂質 7.1g 食塩 0.4g	エネルギー 218kcal タンパク質 8.3g 脂質 8.4g 食塩 0.4g
20 日			お休み	 毎月19日はいただきますの日		
21 月	茶 マリービスケット	ごはん	★だけのこごはん 鶏の唐揚げ アスパラサラダ いちご 小麦茶	麦茶 ショートケーキ	エネルギー 497kcal タンパク質 14.6g 脂質 14.9g 食塩 0.8g	エネルギー 542kcal タンパク質 18.3g 脂質 17.7g 食塩 0.9g
22 火	茶 蒸し大豆	ごはん	肉豆腐 プロッコリーのおかか和え しいたけのすまし汁 グレープフルーツ 小麦茶	牛乳 フルーツシリアル	エネルギー 279kcal タンパク質 14.2g 脂質 10.0g 食塩 1.1g	エネルギー 312kcal タンパク質 15.2g 脂質 11.0g 食塩 1.0g
23 水	茶 揚げせんべい	ごはん	さわら西京焼き ひじき五目煮 なめこの味噌汁 ミニトマト 小麦茶	麦茶 マカロニナポリタン	エネルギー 342kcal タンパク質 14.2g 脂質 9.9g 食塩 1.9g	エネルギー 379kcal タンパク質 17.3g 脂質 9.7g 食塩 2.1g
24 木	茶 小魚スナック	ごはん	厚揚げとキャベツの卵とじ お野菜さつま揚げ 高野豆腐の味噌汁 オレンジ 小麦茶	牛乳 動物ビスケット アセロラゼリー	エネルギー 357kcal タンパク質 15.2g 脂質 11.3g 食塩 1.1g	エネルギー 451kcal タンパク質 17.5g 脂質 13.9g 食塩 1.2g
25 金	茶 グレープフルーツ	ごはん	鶏肉パプリカ塩炒め のりしおポテト コンソメスープ トマト 小麦茶	ジュア 食パンラスク	エネルギー 405kcal タンパク質 14.0g 脂質 7.2g 食塩 1.8g	エネルギー 516kcal タンパク質 17.1g 脂質 8.4g 食塩 2.9g
26 土	プチダノン	めん	焼きそば オレンジ 牛乳	～旬の食材～	エネルギー 176kcal タンパク質 7.9g 脂質 7.4g 食塩 0.2g	エネルギー 151kcal タンパク質 6.9g 脂質 7.1g 食塩 0.3g
27 日			お休み	ひじき しらす さわら スナックエンドウ なら 玉ねぎ だけのこ いちご など		
28 月	茶 蒸しそばちや	ごはん	チキンオーブン焼き マカロニサラダ ポトフ風スープ 黄桃缶 小麦茶	牛乳 今川焼	エネルギー 491kcal タンパク質 15.3g 脂質 18.4g 食塩 1.8g	エネルギー 614kcal タンパク質 19.1g 脂質 23.0g 食塩 2.4g
29 火			昭和の日			
30 水	茶 いかくん	ごはん	豚肉しょうが焼き アスパラソテー えのきのすまし汁 トマト 小麦茶	牛乳 黒ごまチーズスティック	エネルギー 419kcal タンパク質 20.2g 脂質 14.6g 食塩 2.2g	エネルギー 524kcal タンパク質 21.4g 脂質 18.1g 食塩 2.1g

🍴 はスプーン、🍷 はフォークを持ってきてください。マークがない日はお箸だけ持ってきてください。

平均	エネルギー 409kcal タンパク質 14.7g 脂質 13.7g 食塩 1.5g
平均	エネルギー 496kcal タンパク質 18.4g 脂質 15.7g 食塩 1.7g

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。
献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。

献立表

Main table containing weekly meal plans from Monday to Sunday, including breakfast, lunch, and dinner items with their ingredients. The table is organized into columns for each day of the week and rows for each meal type.

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。