



令和2年4月1日発行

4月献立表 軽野保育園

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
1	水	りんごジュース	ごはん ピザ風ハンバーグ ほうれん草とコーンのマヨ和え カレースープ お祝いゼリー	せんべい 牛乳
2	木	グレープジュース	ごはん さばの味噌煮 ポテトサラダ たまねぎとわかめのスープ みかん缶	マカロニきな粉 牛乳
3	金	野菜ジュース	ごはん 神栖メンチ、千切りキャベツ スパゲティナポリタン 卵スープ りんご缶	バームクーヘン 牛乳
4	土	麦茶	五目チャーハン 肉団子 きゃべつの昆布和え	ビスケット 麦茶
6	月	りんごジュース	ごはん 肉豆腐 春雨のマヨネーズサラダ さつま芋とわかめの味噌汁	牛乳プリン
7	火	グレープジュース	チキンカレー ひじきの五目和風サラダ りんごゼリー	せんべい 牛乳
8	水	オレンジジュース	ごはん 煮込みハンバーグ、サラダ菜添え もやしと胡瓜の磯辺和え スープヌードル	ビスケット 牛乳
9	木	フルーツジュース	ごはん 焼き魚(鮭) じゃが芋のそぼろ煮 のっぺい汁 りんご缶	パン 牛乳
10	金	野菜ジュース	わかめご飯 シューマイ、サラダ菜 ごぼうの五目きんぴら きゃべつの味噌汁 オレンジ	ふがし 牛乳
11	土	麦茶	サンドイッチ 肉団子煮 温野菜のごまサラダ	クッキー 麦茶
13	月	りんごジュース	ごはん コロッケ、キャベツ添え ほうれん草のごま和え さつま芋と豆腐の味噌汁 みかん缶	コーンフレーク 牛乳
14	火	グレープジュース	ごはん かじきと玉ねぎの角煮 春雨と卵のサラダ ほうれん草とねぎのすまし汁 オレンジ	豆乳ウエハース 牛乳
15	水	オレンジジュース	ごはん ひじきの磯辺焼 ツナときゃべつのごま酢和え ブロッコリーとベーコンのスープ	せんべい 牛乳
16	木	フルーツジュース	ごはん オムレツ マカロニのカレーサラダ けんちん汁 みかん缶	クラッカー 牛乳
17	金	野菜ジュース	ごはん 鶏肉といかがいものトマト煮 もやしとひじきのナムル 小松菜、芋、油揚げの味噌汁	お麩ラスク 牛乳
18	土	麦茶	肉うどん 青菜とコーンのきのこ和え	カステラ 麦茶
20	月	りんごジュース	ごはん チーズ入りミートローフ 大根の中華風煮物 もやしとわかめの味噌汁 洋なし缶	ヨーグルト
21	火	グレープジュース	ごはん 春雨と豚肉の炒め物 ツナと胡瓜のマヨ和え 蒲鉾とほうれん草のすまし汁 パイン缶	バターラスク 牛乳
22	水	オレンジジュース	バターロール えびかつ 中華風サラダ 豆乳スープ 甘夏缶	ロールケーキ 麦茶
23	木	フルーツジュース	チキンカレー ナゲット りんご入りコールスローサラダ	フルーチエ
24	金	野菜ジュース	鶏ごぼうご飯 さわらのみそ照り焼き 切干大根の煮物 たまごスープ	豆乳プリンタルト 牛乳
25	土	麦茶	スパゲティナポリタン ミートボール レタスとトマトの野菜サラダ	あんぱん 牛乳
27	月	りんごジュース	あんかけ焼きそば 厚焼き卵 ほうれん草の鯉節和え	きな粉ドーナツ 牛乳
28	火	グレープジュース	ごはん 鶏肉のから揚げ さつま芋と昆布の煮物 大根、人参、小松菜の味噌汁	せんべい 牛乳
30	水	オレンジジュース	ごはん 肉じゃが しらすと昆布入り納豆 卵と豆腐、青菜のスープ みかん缶	カスタードワッフル 牛乳

	エネルギー	蛋白	脂肪	加糖	鉄	A	B1	B2	C	塩
3歳未満児	501	17.6	15	180	1.8	160	0.24	0.28	20	1.8
3歳以上児	577	21.4	17.8	220	2.0	166	0.26	0.33	18	1.9

