



4月献立表 うずも保育園



令和3年4月1日発行

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
1	木	オレンジジュース	ごはん 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 切干大根サラダ ほうれん草と油揚げの味噌汁	きな粉ドーナツ 牛乳
2	金	りんごジュース	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ひじきと厚揚げの煮物 さつま芋とたまねぎの味噌汁	オレンジ バナナ 牛乳
5	月	りんごジュース	ごはん 焼き魚(鮭) 里芋と大根のそぼろ煮 小松菜ともやしのスープ バナナ	コーンフレーク 牛乳
6	火	グレープジュース	ごはん コロッケ カレー風味マカロニサラダ 蒲鉾とほうれん草のすまし汁 お祝いゼリー	ヨーグルト
7	水	オレンジジュース	ごはん ポークケチャップ もやしとひじきのナムル きゃべつとえのきのスープ	ジャムサンド 牛乳
8	木	りんごジュース	ごはん 厚揚げと中華炒め ほうれん草とちくわのごま和え 大根の味噌汁	プリン
9	金	パインジュース	チキンカレーライス レタスとえだまめの春雨サラダ オレンジ	クラッカー 牛乳
12	月	野菜ジュース	ごはん さんまのおかか煮 きゃべつのごまマヨネーズ和え じゃがいものスープ みかん缶	木の葉パン 牛乳
13	火	グレープジュース	ごはん 磯辺焼 もやしと胡瓜のカレーマリネ 豆腐と麩のすまし汁	フルーツヨーグルト
14	水	オレンジジュース	ごはん ポークシューマイ パスタサラダ きゃべつとたまねぎの味噌汁	せんべい 牛乳
15	木	りんごジュース	ごはん マーボー豆腐 ブロッコリーのごま酢和え 卵スープ	お麩ラスク 牛乳
16	金	野菜ジュース	ごはん かぼちゃのひき肉フライ 胡瓜と白滝の中華サラダ 小松菜の味噌汁 オレンジ	フルーツゼリー
19	月	野菜ジュース	ごはん 魚の風味焼き 五目きんぴら ほうれん草とたまごの中華スープ パイン缶	きなこ豆乳むしぼん 牛乳
20	火	グレープジュース	ごはん 肉じゃが ほうれん草の納豆和え 大根とわかめの味噌汁	野菜かりんとう 牛乳
21	水	オレンジジュース	バターロール 鶏のから揚げ ほうれん草とコーンのマヨネーズ和え 豆乳スープ	ケーキ 麦茶
22	木	りんごジュース	ごはん 厚揚げと野菜の味噌炒め ポテトサラダ 大根とわかめのスープ	ウエハース 牛乳
23	金	パインジュース	スパゲティミートソース ブロッコリーのサラダ オレンジ	もち麦おにぎり 牛乳
26	月	野菜ジュース	ポークカレーライス コーンフレークサラダ バナナ	ほうれん草蒸しパン 牛乳
27	火	グレープジュース	ごはん 炒り鶏 春雨と胡瓜の酢の物 もやしとにらの中華スープ	バームクーヘン 牛乳
28	水	野菜ジュース	ごはん メンチカツ じゃが芋とツナの煮物 ブロッコリーのかきたまスープ	マカロニあべかわ 牛乳
30	金	オレンジジュース	たけのごはん 鯉のぼりハンバーグ ほうれん草の梅和え すまし汁	キャロットカップケーキ 牛乳

	エネルギー	蛋白	脂肪	カルシウム	鉄	A	B1	B2	C	塩
3歳未満児	459	16.9	12.4	184	1.8	172	0.24	0.25	17	1.3
3歳以上児	527	19.4	15.4	218	2.1	192	0.29	0.31	18	1.5

* 食材の納品の都合により献立が変更になる場合があります。