

令和 4年 4月 三光幼稚園 予定献立表

(都合により一部変更することがあります)

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギー たんぱく質 (以上児 未満児)	あすなろ 15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ	おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品		
1	金	野菜スティック ビスケット	三色ごはん おひたし 豆腐と青さの吸い物 チーズ		鶏挽肉 卵 薄揚げ 豆腐 かまぼこ あおさ チーズ だし昆布 煮干し	米 砂糖 油 ビスケット	人参 さやいんげん ほうれん草 キャベツ 小葱	413kcal 17.9g 321kcal 13.6g	おとうふ屋 さんのかり んとう 78kcal
4	月	ベビーせんべい	サンドイッチ ミネストローネ バナナ 牛乳		卵 ウインナー 牛乳	食パン いちごジャム マヨネーズ パスタ ソフトせんべい じゃが芋	なす 玉ねぎ 人参 トマト パセリ バナナ	485kcal 17.7g 346kcal 13.4g	(手作り) わかめおに ぎり 107kcal
5	火	ビスケット	ごはん 鮭のムニエル (未:白身魚のムニエル) ハムサラダ 味噌汁 牛乳		鮭 白身魚 ハム 厚揚げ 牛乳 煮干し だし昆布 味噌	米 小麦粉 マーガリン マヨネーズ ビスケット	レモン汁 キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし かぼちゃ 小葱	491kcal 21.8g 381kcal 15.4g	小魚スナッ ク チーズ 73kcal
6	水	ビスコ	チキンカレー かき玉汁 パイナップル 牛乳		鶏肉 スキムミルク 卵 豆腐 牛乳 煮干し だし昆布	米 じゃが芋 油 カレールウ ビスコ	玉ねぎ かぼちゃ 人参 グリンピース えのき茸 小葱 パイナップル缶	489kcal 19.2g 383kcal 14.4g	(手作り) マドレーヌ 102kcal
7	木	クラッカー	【幼:始業式】 ごはん 鶏の唐揚げ マカロニのケチャップ和え 味噌汁 牛乳		鶏肉 ハム 豆腐 牛乳 煮干し だし昆布 味噌	米 小麦粉 油 パスタ 砂糖 クラッカー ケチャップ	玉ねぎ 人参 とうもろこし グリンピース 小葱	495kcal 18.8g 393kcal 15.0g	バームクー ヘン 130kcal
8	金	野菜スティック ビスケット	かしわうどん 白身魚の天ぷら ブロッコリー ミルク		鶏肉 卵 白身魚 スキムミルク ウインナー だし昆布	うどん 砂糖 小麦粉 油 マヨネーズ ビスケット	小葱 ブロッコリー アスパラガス	424kcal 24.5g 346kcal 19.1g	(手作り) きな粉トースト 94kcal
11	月	ベビーせんべい	チキンライス ツナサラダ 野菜スープ 牛乳		鶏肉 シーチキン ウインナー 牛乳	米 油 砂糖 マヨネーズ じゃが芋 ケチャップ ソフトせんべい	人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり とうもろこし パセリ	524kcal 17.3g 387kcal 13.3g	(手作り) みかんゼリー 豆乳クッキー 78kcal
12	火	ビスケット	ごはん(味付けのり) コロッケ ブロッコリー 味噌汁 チーズ		のり わかめ 卵 煮干し 合挽肉 だし昆布 豆腐 味噌 チーズ	米 じゃが芋 小麦粉 バン粉 油 マヨネーズ ケチャップ ビスケット 砂糖	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 小葱	484kcal 17.7g 362kcal 12.5g	おとうふ屋 さんのビス ケット 78kcal
13	水	ビスコ	焼きそば 春野菜の煮物 黄桃 ミルク		豚肉 丸天 かまぼこ 青のり 厚揚げ 鶏肉 スキムミルク	麵 砂糖 焼きそばソース ビスコ 油	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ たけのこ ふき ごぼう 桃缶	480kcal 22.5g 373kcal 17.3g	(手作り) 梅しそおに ぎり 108kcal
14	木	クラッカー	【幼:入園式】 ごはん さわらの竜田揚げ 春キャベツのごまあえ 味噌汁 牛乳	冷奴	鱈 ちくわ 薄揚げ 牛乳 煮干し 豆腐 味噌 だし昆布	米 かたくり粉 砂糖 ごま 油 クラッカー じゃが芋	しょうが 小松菜 人参 キャベツ 玉ねぎ 小葱	493kcal 19.8g 418kcal 17.7g	マルボーロ チーズ 103kcal
15	金	野菜スティック ビスケット	ちらし寿司 じゃが芋と鶏肉の煮物 若竹汁 チーズ	煮豆	鶏挽肉 のり チーズ 卵 桜でんぶ 鶏肉 わかめ 煮干し だし昆布 豆腐	米 砂糖 油 じゃが芋 ビスケット 金時豆	人参 干し椎茸 たけのこ 小葱 さやいんげん	472kcal 19.5g 416kcal 15.6g	(手作り) さつま芋と ごまのケーキ 131kcal

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギー たんぱく質 (以上児 未満児)	あすなる 15時 おやつ エネルギー
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ	おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品		
18	月	ベビーせんべい	親子丼 きゅうりの中華和え 豆腐と麩の吸い物 牛乳	かぼちや の煮物	鶏肉 卵 豆腐 わかめ 牛乳 煮干し だし昆布	米 砂糖 油 ごま ごま油 麩 ソフトせんべい	人参 玉ねぎ 根深ねぎ きゅうり 小葱 かぼちや	474kcal 18.8g 396kcal 15.2g	ベアピス ケット チーズ 89kcal
19	火	ビスケット	肉うどん かき揚げ 粉ふき芋 ミルク	胡瓜とささ みのマヨ ネーズ和え	牛肉 豚肉 ウインナー 卵 スキムミルク ささ身 だし昆布	うどん 砂糖 油 小麦粉 じゃが芋 ビスケット マヨネーズ	玉ねぎ 小葱 人参 グリンピース パセリ きゅうり	435kcal 19.7g 390kcal 18.2g	(手作り) 昆布おにぎ り 114kcal
20	水	ビスコ	筍ごはん 白身魚の煮つけ 豆腐とえのきの すまし汁 チーズ	さつま芋 のオレンジ 煮	鶏肉 薄揚げ かれい 豆腐 わかめ チーズ 煮干し だし昆布	米 砂糖 ビスコ さつま芋	たけのこ 人参 しょうが さやいんげん 大根 えのき茸 オレンジジュース 小葱	405kcal 19.5g 343kcal 14.7g	(手作り) かぼちや ケーキ 126kcal
21	木	クラッカー	パン(りんごジャム) ミンチボールの クリームシチュー フレンチサラダ バナナ	照り焼きチ キン	鶏挽肉 卵 チーズ ハム 鶏肉 スキムミルク	食パン りんごジャム じゃが芋 油 砂糖 クラッカー シチュールウ	玉ねぎ ブロッコリー 人参 キャベツ きゅうり レモン汁 とうもろこし バナナ	481kcal 19.6g 378kcal 17.9g	クラッカー 72kcal
22	金	☆遠足☆ 給食はありません。 あすなる15時おやつは、ミニゼリーを準備します。							
25	月	ベビーせんべい	【幼:給食開始】 カレーライス スパゲッティサラダ 牛乳	ウインナー テー	牛肉 鶏挽肉 スキムミルク ハム 牛乳 ウインナー	米 じゃが芋 油 パスタ マヨネーズ カレールウ ソフトせんべい	玉ねぎ 人参 グリンピース かぼちや きゅうり	494kcal 18.9g 431kcal 17.1g	ひこうきビス ケット 60kcal
26	火	ビスケット	ハンバーガー さつま芋スティック 新玉ねぎのスープ 牛乳	ゆで卵	合挽肉 卵 豆腐 牛乳 ベーコン	パン 食パン パン粉 マヨネーズ さつま芋 砂糖 油 ケチャップ ビスケット	玉ねぎ キャベツ 人参 パセリ	473kcal 17.4g 394kcal 16.2g	(手作り) おかかおに ぎり 116kcal
27	水	ビスコ	スパゲティミートソース コールスロー スキムプリン	チンゲン菜 のスープ	合挽肉 ハム 粉チーズ ゼラチン スキムミルク 鶏肉	パスタ 油 砂糖 ビスコ ケチャップ	人参 玉ねぎ ピーマン パセリ キャベツ とうもろこし きゅうり チンゲン菜	389kcal 19.1g 332kcal 17.4g	(手作り) ヨーグルト マフィン 138kcal
28	木	野菜ス ティックピ スケット	【誕生会】 わかめおにぎり 唐揚げ ポテトサラダ ブロッコリー ウインナー 味噌汁 オレンジゼリー		わかめ 鶏肉 ハム ウインナー 豆腐 薄揚げ 煮干し だし昆布 味噌	米 小麦粉 油 じゃが芋 マヨネーズ ゼリー ビスケット	人参 きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 小葱	540kcal 19.8g 418kcal 14.8g	ドーナツ 113kcal
29	金	昭和の日							

☆ひよこ組の朝おやつは1日(金)からあります。

☆12時に3歳未満児のみ付く食事(付加食)は、14日(木)からあります。最初は給食に慣れることを重視しますので、ご了承ください。

☆幼稚園の給食開始は25日(月)からです。4月の献立は、子どもたちが給食を楽しみ、給食に慣れるように献立を考慮していますので、献立の偏り等がありますが、ご理解の程よろしく願いいたします。