



4月のきゅうしよくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1. 2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 脂肪		
4月9日 在園児給食開始	火	ナポリタン・じゃが芋とコーンのスープ・いちご	スパゲッティ・ベーコン・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン・トマトピューレ/じゃがいも・ほうれん草・とうもろこし・しめじ/いちご	417kcal 12.3g 12.3g	お菓子	蒸しパン
4月10日	水	ごはん・わかめと玉ねぎのみそ汁・揚げ鶏のうま煮・キャベツともやしのおかか和え	米/わかめ・玉ねぎ・油揚げ/鶏肉・じゃが芋・いんげん/キャベツ・もやし・きゅうり・人参・揚げ豆腐	427kcal 14.8g 13.1g	お菓子	おにぎり
4月11日	木	ツナサンド・春野菜のスープ煮・バナナヨーグルト	食パン・ツナ・玉ねぎ・きゅうり/鶏肉・人参・玉ねぎ・かぶ・キャベツ・フロコリー/ヨーグルト・バナナ・みかん缶	322kcal 16.9g 8.6g	お菓子	米粉ジャム クレープ
4月12日	金	ごはん・田舎汁・納豆和え・かぶの塩昆布和え・オレンジ	米/豚肉・大根・ねぎ・豆腐・じゃが芋・えのき/ひきわり納豆・たくあん・小松菜/かぶ・キャベツ・人参・塩昆布/オレンジ	333kcal 13.6g 4.9g	お菓子	おにぎり
4月15日 全園児給食開始	月	ポークカレー・麦茶・コールスローサラダ・デザート	米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚肉・トマトピューレ/麦茶/キャベツ・とうもろこし・人参・きゅうり・ハム・ベジタブルソース/デザート	450kcal 13.6g 9.9g	バナナ	おから ドーナッツ
4月16日	火	ごはん・豆腐の中華煮・切干大根のさっぱりサラダ・いちご	米/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・干しいたけ・チンゲン菜/切干大根・人参・きゅうり・ツナ・しょうゆ・酢/いちご	382kcal 15.4g 6.5g	ヨーグルト	ビスケット
4月17日	水	ごはん・じゃが芋と絹さやのみそ汁・鮭の照り焼き・ほうれん草と人参の胡麻和え・カットゼリー	米/じゃが芋・絹さや・玉ねぎ/鮭/もやし・ほうれん草・人参/ごま/カットゼリー	398kcal 16.4g 6.0g	お菓子	おにぎり
4月18日	木	五目うどん・キャベツの海苔酢和え・ヨーグルト	うどん・鶏肉・人参・大根・ねぎ・油揚げ・白菜・かまぼこ/キャベツ・もやし・のり/ヨーグルト	350kcal 16.8g 4.0g	いちご	せんべい
4月19日	金	野沢菜チャーハン・麩のすまし汁・みそマヨ和え・バナナ	米・野沢菜・豚ひき肉・人参・とうもろこし/麩/わかめ・人参/キャベツ・ほうれん草・きゅうり・ちくわ・みそ・ベジタブルソース/バナナ	347kcal 10.9g 7.8g	オレンジ	フライドポテト
4月22日	月	バターロール・ポーククリームシチュー・ほうれん草とコーンのサラダ・オレンジ	バターロール/豚肉・豆乳・フロコリー・じゃが芋・人参・玉ねぎ・しめじ・ホワイトルウ/ほうれん草・とうもろこし・人参・ハム・オリーブオイル・しょうゆ/オレンジ	330kcal 16.3g 10.4g	お菓子	バナナ ソフトクッキー
4月23日	火	ごはん・おぼろ汁・さばの香味煮・ひじきの和風サラダ・チーズ	米/おぼろ豆腐・小松菜・人参/鯖/ごま/ひじき・人参・キャベツ・きゅうり・しょうゆ・酢・砂糖/チーズ	437kcal 19.0g 15.4g	バナナ	おにぎり
4月24日	水	生姜しょう油ラーメン・きゅうりと大根のおひたし・フルーツポンチ	中華麺・豚肉・人参・たけのこ・もやし・ねぎ・わかめ・とうもろこし・なると/きゅうり・大根・けずり節・ゴマ油/白桃缶・みかん缶/バナナ	467kcal 15.3g 11.3g	ジャムクラッカー	豆腐 パンケーキ
4月25日	木	五目ごはん・かぶとしめじのみそ汁・卵焼き・キャベツの胡麻酢和え・バナナ	米・鶏肉・干しいたけ・ごぼう・人参/かぶ・かぶの葉・しめじ/卵焼き/キャベツ・ほうれん草・きゅうり・ごま・酢/バナナ	437kcal 14.4g 15.5g	オレンジ	きなこマカロニ
4月26日 誕生会	金	とりそぼろ丼・春の春雨スープ・三色和え・デザート	米・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・干しいたけ/春雨・キャベツ・たけのこ・アスパラ/ほうれん草・もやし・人参・しょうゆ/デザート	407kcal 15.5g 7.3g	豆乳	おにぎり