４月のきゅうしょくこんだて

認定こども園　長岡みのり幼稚園　2021.4

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂肪	１．２歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
4月6日 在園児給食開始	火	焼き豚チャーハン・鶏肉と春雨のスープ・中華和え・いちごゼリー	米・ねぎ・焼き豚・にんじん・なると・ピーマン・しいたけ／春雨・ほうれん草・玉ねぎ・鶏肉／きゅうり・にんじん・もやし・めんつゆ／いちごゼリー	398kcal 12.7g 8.6g	お菓子	やきいも
4月7日	水	塩ラーメン・ほうれん草とキャベツの海苔酢和え・ヨーグルト	中華麺・豚肉・キャベツ・にんじん・なると・たまねぎ・もやし・ねぎ／ほうれん草・キャベツ・ツナ・のり・しょうゆ／ヨーグルト	473kcal 22.1g 7.7g	お菓子	ホットケーキ
4月8日	木	アップルパン・具沢山シチュー・コーンキャベツサラダ・バナナ	アップルパン／鶏肉・豆乳・ブロッコリー・じゃが芋・にんじん・たまねぎ／とうもろこし・キャベツ・きゅうり・ハム・酢／バナナ	418kcal 17.4g 9.5g	お菓子	おにぎり
4月9日	金	生姜焼き丼・小松菜と油揚げのみそ汁・もやしとほうれん草の塩昆布和え・オレンジ	米・豚肉・玉ねぎ・キャベツ／小松菜・玉ねぎ・油揚げ／もやし・ほうれん草・にんじん・ハム・塩昆布／オレンジ	424kcal 22.4g 10.7g	お菓子	蒸しパン
4月12日 全園児給食開始	月	ハヤシライス・牛乳・和風ドレッシングサラダ・桃ゼリー	米・豚肉・玉ねぎ・マッシュルーム・トマトピューレ・ハヤシルウ／牛乳／きゅうり・キャベツ・人参・しょうゆ・ごま油／桃ゼリー	474kcal 15.5g 11.2g	豆乳 ヨーグルト	お菓子
4月13日	火	かやくうどん・じゃがチーズ・バナナ	うどん・鶏肉・かまぼこ・しいたけ・人参・玉ねぎ・ねぎ・油揚げ／じゃがいも・チーズ・玉ねぎ・とうもろこし・ソーセージ／バナナ	423kcal 18.6g 8.9g	せんべい	豆腐 パンケーキ
4月14日	水	中華丼・梅ぽん和え・乳酸菌飲料	米・白菜・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・きくらげ・豚肉・えび・たけのこ／もやし・きゅうり・人参・ねり梅・ポン酢／乳酸菌飲料	470kcal 14.1g 13.3g	白桃缶	焼きじゃが
4月15日	木	ジャムサンドイッチ・春ポトフ・フルーツサラダ	ジャムサンドイッチ／キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・マッシュルーム・ソーセージ／りんご・バナナ・みかん缶・きゅうり・豆乳ヨーグルト・ベジタブルネーズ	322kcal 9.7g 10.3g	豆乳	おにぎり
4月16日	金	豚丼・豆腐となめこのみそ汁・三色和え・バナナ	米・豚肉・たまねぎ・人参・キャベツ／豆腐・なめこ／ほうれん草・人参・もやし・削り節・しょうゆ／バナナ	392kcal 20.6g 6.2g	おやつ ソーセージ	蒸しパン
4月19日	月	ごはん・小松菜と人参のスープ・メンチカツ・磯香和え・チーズ	米／小松菜・人参・玉ねぎ・とうもろこし／メンチカツ／ほうれん草・もやし・人参・かまぼこ・のり・しらす・しょうゆ／チーズ	400kcal 12.2g 12.0g	お菓子	チヂミ
4月20日	火	親子丼・じゃが芋とキャベツのみそ汁・カットゼリーりんご	米・たまご・鶏肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・干ししいたけ・いんげん／じゃがいも・キャベツ・えのき／カットゼリーりんご	427kcal 18.5g 7.9g	バナナ	ビスケット
4月21日	水	ミートスパゲッティ・牛乳・パインサラダ	ソフト麺・人参・玉ねぎ・豚ひき肉・牛ひき肉・トマト缶・トマトピューレ／牛乳／キャベツ・きゅうり・人参・パイン缶・レーズン・塩・酢	494kcal 17.0g 14.1g	せんべい	おにぎり
4月22日	木	ごはん・沢煮椀・切りざい納豆・ほうれん草とキャベツの和え物・バナナ	米／豚肉・人参・ごぼう・大根・みつば・ねぎ／ひきわり納豆・野沢菜・たくあん／ほうれん草・キャベツ・ハム・えのき・しょうゆ／バナナ	373kcal 16.2g 7.4g	オレンジ	ふラスク
4月23日 誕生会	金	ポークカレー・ほうれん草のスープ・コールスローサラダ・手作りデザート	米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚肉・カレールウ／ほうれん草・豆腐・玉ねぎ／キャベツ・とうもろこし・人参・きゅうり・ハム・ベジタブルネーズ／手作りデザート	484kcal 15.7g 10.2g	豆乳	お菓子
4月26日	月	ごはん・はんぺんのすまし汁・鶏のから揚げ・キャベツのゆかり和え・いちご	米／はんぺん・わかめ・人参・えのき／鶏肉／キャベツ・人参・きゅうり・ゆかり／いちご	386kcal 17.1g 7.5g	豆乳 ヨーグルト	せんべい
4月27日	火	チャーシュー麺・もやしと小松菜のナムル・ヨーグルト	中華麺・焼き豚・しなちく・もやし・ねぎ・とうもろこし・なると／もやし・小松菜・きゅうり・しょうゆ／ヨーグルト	421kcal 21.8g 7.0g	バナナ	おにぎり
4月28日	水	ごはん・里芋と油揚げのみそ汁・鮭のコーンマヨ焼き・ほうれん草の胡麻酢和え・オレンジ	米／里芋・油揚げ・キャベツ／鮭・コーン・ベジタブルネーズ／ほうれん草・きゅうり・人参・ごま・しょうゆ／オレンジ	406kcal 17.7g 10.7g	せんべい	なんちゃって 肉まん
4月30日	金	牛丼・田舎汁・フルーツミックス	米・牛肉・人参・玉ねぎ・しいたけ・しらたき／豚肉・大根・ねぎ・豆腐・じゃが芋・えのき／みかん缶・白桃缶・パイン缶	472kcal 18.3g 12.6g	バナナ	蒸しパン