



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 2022.4

日	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 食塩相当量		
4月7日	木	きのこの和風スープバゲティ・ほうれん草とひじきのポン酢和え・フルーツヨーグルト	ソフト麺・ベーコン・人参・玉ねぎ・しめじ・マッシュルーム・しいたけ・えのきたけ・キャベツ/ほうれん草・人参・ひじき・シーチキン/ミックスフルーツ・ヨーグルト	443kcal 19.4g 2.8g	せんべい	おにぎり
4月8日	金	ピピンパ丼・白菜の中華スープ・カットゼリーあまおう	米・豚肉・もやし・ほうれん草・人参/白菜・はるさめ・えのきたけ・人参/カットゼリーあまおう	397kcal 15.6g 1.4g	せんべい	ポテコ
4月11日	月	ハッシュドビーフ・ポテトサラダ・お祝いいちごゼリー	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ/じゃが芋・人参・きゅうり・シーチキン・とうもろこし・ノンエッグマヨネーズ/いちごゼリー	539kcal 13.4g 1.8g	オレンジ	蒸しパン (りんごジャム)
4月12日	火	丸パン・ポークピーンズ・ほうれん草とコーンのサラダ・バナナ	丸パン/大豆・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・マッシュルーム・さやいんげん・トマトジュース/ほうれん草・とうもろこし・人参・ハム/バナナ	428kcal 22.3g 2.3g	白桃缶	野菜のチヂミ
4月13日	水	とりそぼろ丼・大根と油揚げのみそ汁・キャベツとしらすのサラダ・チーズ	米・鶏ひき肉・人参・さやいんげん・玉ねぎ・しいたけ/大根・油揚げ・玉ねぎ/キャベツ・もやし・しらす干し/チーズ	439kcal 21.1g 2.8g	バナナ	麩ラスク
4月14日	木	肉うどん・もやしとほうれん草の海苔酢和え・フルーツポンチ	うどん・豚肉・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・人参・かまぼこ/もやし・ほうれん草・きざみりのシーチキン/白桃缶・みかん缶・バナナ・いちご	419kcal 17.3g 2.5g	ビスケット	おにぎり
4月15日	金	野沢菜チャーハン・白菜と肉団子のスープ・もやしと小松菜のナムル・オレンジ	米・野沢菜・焼き豚・人参/ミートボール・白菜・えのきたけ/もやし・人参・小松菜/オレンジ	318kcal 12.3g 1.5g	牛乳	ホットケーキ
4月18日	月	ごはん・豆腐の中華煮・味噌マヨ和え・牛乳・バナナ	米/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・しいたけ・チンゲン菜・オイスターソース/キャベツ/ほうれん草・きゅうり・ちくわ・ノンエッグマヨネーズ/牛乳/バナナ	452kcal 18.5g 1.4g	オレンジ	なんちゃって 肉まん
4月19日	火	ごはん・かぶのスープ・鶏のから揚げ・三色和え・いちご	米/かぶ・もやし・ベーコン/鶏肉・しょうが/ほうれん草・もやし・人参・かつお節/いちご	417kcal 18.4g 1.7g	ペピーダノン	ばかうけ ぼりんこ
4月20日	水	ごはん・田舎汁・鮭の照り焼き・キャベツの胡麻和え・カットゼリーりんご	米/豚肉・大根・ねぎ・豆腐・じゃが芋・えのきたけ/鮭/キャベツ・人参・しめじ・ごま/カットゼリーりんご	435kcal 20.4g 1.9g	バナナ	フライドポテト
4月21日	木	食パン(いちご&マーガリン)・手作りミートボール・しょうゆフレンチ・オレンジ	食パン・いちご・マーガリン/豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・しめじ・豆乳/ほうれん草・もやし・とうもろこし・ハム/オレンジ	389kcal 16.7g 2.4g	ぼたぼた焼き	おにぎり
4月22日	金	ポークカレー・豆腐ときのこのスープ・切干大根のマヨサラダ・手作りデザート	米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豚肉・カレーウ/豆腐・しめじ・えのきたけ/切干大根・人参・きゅうり・シーチキン・ノンエッグマヨネーズ/手作りデザート	509kcal 16.7g 2.2g	まめびよ バナナ	サッポロポテト
4月25日	月	しょうゆラーメン・じゃがじゃこサラダ・いちごヨーグルト	中華麺・焼き豚・しなちく・もやし・ねぎ・ほうれん草・とうもろこし・なるど/じゃが芋・ちりめんじゃこ・人参・きゅうり・ノンエッグマヨネーズ/いちごヨーグルト	463kcal 22.8g 3.1g	バナナ	おにぎり
4月26日	火	ごはん・あられ汁・魚のカレー揚げ・キャベツのおかか和え・オレンジ	米/人参・大根・じゃが芋・かまぼこ/たら・カレー粉/キャベツ・小松菜・ハム・かつお節/オレンジ	341kcal 16.3g 1.6g	おやつ ソーセージ	蒸しパン (甘納豆)
4月27日	水	菜飯・網さやと生揚げのみそ汁・卵焼き・バインサラダ	米・菜飯の素/生揚げ・さやえんどう・玉ねぎ/卵焼き/キャベツ・きゅうり・人参・バイン缶・レーズン	350kcal 11.6g 1.9g	牛乳 (ミルメーク)	焼きじゃが
4月28日	木	タコライス・コンソメスープ・フレンチサラダ・バナナ	米・豚ひき肉・牛ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト缶・カレー粉・ノンエッグマヨネーズ・キャベツ/玉ねぎ・ほうれん草・とうもろこし・ベーコン/キャベツ・きゅうり・アスパラガス・人参/バナナ	497kcal 16.0g 1.8g	オレンジ	ビスケット