

# 4月給食献立予定表「幼児食」

## 4月食育目標 ～給食に慣れよう～

鴨島ひかり乳幼児保育園

※都合により献立を変更することがあります。

2024年4月

日	曜	行事予定	おやつ	献立	材料名	おやつ	エネルギー
			9:00			15:00	タンパク質
1	月		ヨーグルト	鶏ひじき丼 大根の和え物 味噌汁 りんご	ご飯 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ひじき きぬさや 大根 人参 きゅうり おつゆ麩 じゃが芋 ねぎ	チーズ蒸しパン 牛乳	420kcal 15.7g
2	火	入園式	バナナ 牛乳	マーボー丼 ナムル すまし汁 オレンジ	米 豚ミンチ 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ ほうれん草 人参 もやし わかめ 玉ねぎ ねぎ	ふかし芋 牛乳	447kcal 16.2g
3	水		ヨーグルト	野菜あんかけごはん かぼちゃの煮物 味噌汁 りんご	ご飯 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生しいたけ チンゲン菜 かぼちゃ 小松菜 絹豆腐 えのき	人参おにぎり 牛乳	450kcal 16.9g
4	木		バナナ 牛乳	おさかな3色ご飯 ブロッコリーのフレンチドレッシング和え 味噌汁 オレンジ	ご飯 鮭 しらす 味付け海苔 ブロッコリー 人参 ハム かぼちゃ 白菜 えのき ねぎ	ホットケーキ 牛乳	459kcal 22.4g
5	金		ビスケット 牛乳	カレーライス 野菜サラダ りんご	ご飯 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールー きゃべつ 人参 コーン缶 マヨネーズ	おじゃ 牛乳	512kcal 15.4g
6	土		ヨーグルト	チキンライス 小松菜の和え物 味噌汁 バナナ	米 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 生しいたけ ビーマン ケチャップ 小松菜 人参 しらす 玉ねぎ じゃが芋 ねぎ	コーンフレーク 牛乳	441kcal 16.1g
7	日						
8	月		ヨーグルト	ご飯 豆腐のきのこあんかけ かぼちゃのチーズ焼き オレンジ	米 豚ミンチ 絹豆腐 玉ねぎ 人参 えのき 生しいたけ ねぎ かぼちゃ チーズ ケチャップ	鮭のおにぎり 牛乳	453kcal 19.1g
9	火	合同礼拝	ヨーグルト	牛そぼろ丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 バナナ	ご飯 牛ミンチ 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ ほうれん草 人参 すりごま きゃべつ じゃが芋	豆乳プリン、せんべい 牛乳	479kcal 16.9g
10	水		バナナ 牛乳	親子丼 ジャーマンポテト 味噌汁 オレンジ	米 卵 鶏ミンチ 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン 小松菜 人参	小豆蒸しパン 牛乳	512kcal 18.8g
11	木		バナナ 牛乳	ご飯 魚のみぞれ煮 大豆サラダ 味噌汁 りんご	米 鯖 大根 大豆(煮) きゅうり 人参 マヨネーズ ほうれん草 人参 しめじ	きな粉サンド 牛乳	469kcal 19.1g
12	金		ビスケット 牛乳	スタミナ丼 味噌汁 オレンジ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ ビーマン 絹豆腐 チンゲン菜 えのき	いちごスティック 牛乳	444kcal 17.9g
13	土		ヨーグルト	五目チャーハン ひじきの煮物 味噌汁 りんご	米 ハム 玉ねぎ 人参 ビーマン 生しいたけ 卵 ひじき 人参 木綿豆腐 わかめ おつゆ麩 ねぎ	うどん 牛乳	489kcal 17.4g
14	日						
15	月		ヨーグルト	キッズピザパン 味噌汁 りんご	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし 人参 ごま油 絹豆腐 きゃべつ ねぎ	マカロニきな粉 牛乳	431kcal 18.2g
16	火	身体計測	バナナ 牛乳	ご飯 魚の生姜煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 りんご	米 鯖 生姜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 生しいたけ 油揚げ ねぎ	りんごの蒸しケーキ 牛乳	523kcal 17.3g
17	水		ヨーグルト	厚揚げの卵とじ丼 ほうれん草の海苔和え 味噌汁 りんご	米 厚揚げ 卵 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 人参 海苔 さつま芋 えのき ねぎ	バターロール 牛乳	482kcal 19.4g
18	木		バナナ 牛乳	ご飯 煮込みうどん ブロッコリーサラダ オレンジ	米 豚肉 うどん 白菜 人参 生しいたけ 大根 ねぎ ブロッコリー 人参 ツナ缶	牛乳寒天、せんべい 番茶	465kcal 17.6g
19	金	避難訓練	ビスケット 牛乳	ご飯 鮭の照り焼き 小松菜煮浸し 味噌汁 りんご	米 鮭 小松菜 人参 絞豆腐 しめじ かぼちゃ 玉ねぎ えのき ねぎ	枝豆と昆布のおにぎり 牛乳	447kcal 18.7g
20	土		ヨーグルト	他人丼 白菜の海苔和え 味噌汁 りんご	米 牛肉 卵 玉ねぎ ねぎ 白菜 人参 焼き海苔 きゃべつ 絹豆腐 人参	おにぎり 牛乳	507kcal 20.1g
21	日						
22	月		ヨーグルト	ご飯 魚の味噌煮 ビーフソテー すまし汁 りんご	米 鯖 味噌 きゃべつ 玉ねぎ 人参 ハム ビーフ さつま芋 白菜 えのき ねぎ	もちもちパン 牛乳	465kcal 16.9g
23	火	誕生会	バナナ 牛乳	【誕生会】花形ご飯 ハンバーグ ブロッコリー トマトサラダ 味噌汁 いちご	米 人参 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 卵 パン粉 ケチャップ トマト きゅうり ひじき ブロッコリー 手まり麩 じゃが芋 わかめ えのき ねぎ	誕生ケーキ 牛乳	459kcal 17.8g
24	水		ヨーグルト	ハヤシライス かぼちゃサラダ オレンジ	米 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 ハヤシルー かぼちゃ きゅうり コーン缶 マヨネーズ	手作りクッキー 牛乳	471kcal 15.3g
25	木		バナナ 牛乳	ご飯 鮭の西京焼き 高野豆腐の煮物 味噌汁 りんご	米 鮭 白味噌 マヨネーズ 高野豆腐 人参 玉ねぎ 生しいたけ 大根 チンゲン菜	スイートポテト 牛乳	480kcal 21.8g
26	金		ビスケット 牛乳	ご飯 肉じゃが きゅうりの和え物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり 人参 しらす ひじき ほうれん草 おつゆ麩	煮込みうどん 牛乳	467kcal 18.8g
27	土		ヨーグルト	牛丼 小松菜の和え物 味噌汁 りんご	米 牛肉 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ 小松菜 人参 豆腐 わかめ ねぎ	バナナスティック 牛乳	438kcal 16.2g
28	日						
29	月			昭和の日			
30	火		バナナ 牛乳	ご飯 ナポリタン ひじきサラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ビーマン ケチャップ ひじき 人参 きゅうり 小松菜 しめじ	きな粉おにぎり 牛乳	453kcal 18.9g