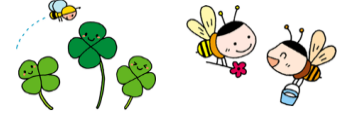


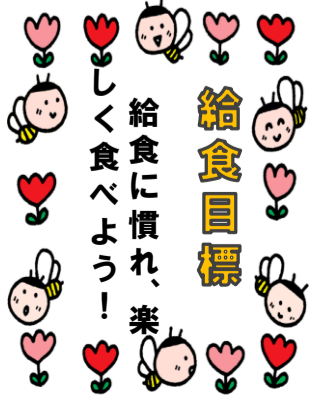
4月の献立表



平成29年4月5日
宮野浦保育園

日	曜日	献立表	おやつ		おもな材料名			栄養価(3才以上児)	
			午前 (3才未満児)	午後	黄 熱や力になる食べ物	赤 血や肉となる食べ物	緑 体の調子を整える食べ物	E:エネルギー F:脂質 g	P:タンパク質g 塩:食塩 g
1	土	パン 牛乳 バナナ		麦茶 菓子	パン	牛乳	バナナ	E 355 P 7.4 F 15.4 塩 0.6	
3	月	ポークカレー しょうゆフレンチ 牛乳 バナナ	りんごジュース	ヨーグルト	じゃが芋 バター ごま油 油	豚肉 牛乳 わかめ	人参 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり もやし バ ナナ	E 555 P 20.3 F 25.1 塩 2.2	
4	火	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁 ネーブルオレンジ	バナナ	牛乳 ビスケット	砂糖 油 じゃが芋 マヨネー ズ	豚肉 豆腐 焼き麩 味噌 牛乳	玉葱 ビーマン 生姜 きゅうり 人参 えのき オレンジ バナナ	E 388 P 17.1 F 20.5 塩 1.7	
5	水	♪♪ 入園式 (紅白もち・ジュース)						E P F 塩	
6	木	クリームシチュー コールスロー 野菜ジュース バナナ	麦茶 マンナ	麦茶 わかめおにぎり	じゃが芋 油 バター 米	鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ グリン ピース キャベツ きゅうり み かん缶 バナナ	E 468 P 14.8 F 9.3 塩 1.7	
7	金	サーモン焼き 野菜炒め みそ汁 清見オレンジ	バナナ	牛乳 ビスコ		鮭 ベーコン 油揚げ わか め 牛乳	キャベツ もやし 人参 玉ねぎ コーン 清見オレンジ バナナ	E 262 P 20.2 F 14.7 塩 2.1	
8	土	豚丼風 牛乳 ふりかけ バナナ		麦茶 菓子	砂糖	豚肉 牛乳	玉ねぎ しらたき 人参 しいた け グリンピース 生姜 バナナ	E 353 P 13.2 F 16.1 塩 1.1	
10	月	豚肉のケチャップ煮 おひたし かき玉汁 いちご	清見オレンジ	牛乳 オレンジバナナドーナツ	じゃが芋 油 砂糖 片栗粉	豚肉 卵	玉ねぎ ビーマン 人参 しいた け ブロッコリー 長ねぎ えの き チンゲン菜 いちご 清見オ レンジ	E 418 P 20 F 18.7 塩 2.1	
11	火	鶏肉のから揚げ マカロニサラダ みそ汁 清見オレンジ	麦茶 星たべよ	牛乳 ジャムサンド	片栗粉 油 マカロニ マヨ ネーズ 食パン	鶏肉 わかめ 豆腐 味噌 牛乳	生姜 きゅうり キャベツ 人参 コーン 清見オレンジ	E 456 P 20.6 F 17.9 塩 2.3	
12	水	鮭の照り焼き すき昆布の含め煮 みそ汁 バナナ	みかんジュース	飲むヨーグルト せんべい	油 砂糖	鮭 すき昆布 豚肉 油揚げ 味噌	人参 キャベツ しらたき バナ ナ	E 330 P 20.5 F 8.9 塩 2	
13	木	親子煮 伴三糸 みそ汁 ネーブルオレンジ	麦茶 ウエハース	牛乳 お好み焼き	砂糖 春雨 ごま油 じゃが芋 小麦粉 マヨネーズ	鶏肉 卵 焼き麩 ロースハ ム 味噌 ちくわ 牛乳	玉ねぎ 人参 しいたけ グリン ピース きゅうり もやし 小松 菜 ネーブルオレンジ キャベツ	E 390 P 20.6 F 14.3 塩 2.7	
14	金	お花見会 ♪お弁当持ってでかけよう♪	りんごジュース	アイスクリーム				E 454 P 17 F 15.6 塩 1.1	
15	土	コーンシチュー ジュース バナナ		麦茶 菓子	じゃが芋 バター	鶏肉 牛乳	玉ねぎ コーン クリームコー ン 人参 バナナ	E 383 P 12.3 F 11.1 塩 1.5	
17	月	さわらのから揚げ うるいのごま和え みそ汁 バナナ	野菜ジュース	牛乳 花見団子	片栗粉 油 砂糖 すりごま	さわら 豆腐 味噌 牛乳	うるい ほうれん草 人参 しめ じ こま 小松菜 バナナ	E 314 P 18.2 F 14.5 塩 1.8	
18	火	アリノナソテー おひたし 中華スープ 清見オレンジ	バナナ	牛乳 白い風船	油	豚肉 豆腐 牛乳	にんにく 生姜 玉ねぎ キャ ベツ もやし 人参 チンゲン菜 長ねぎ 清見オレンジ 清見オレ ンジ バナナ	E 272 P 13.9 F 15.5 塩 1.2	
19	水	赤魚の甘辛揚げ みそ汁 大根のごまマヨサラダ バナナ	麦茶 マンナ	牛乳 焼きそば	片栗粉 油 砂糖 すりごま マヨネーズ 中華めん	赤魚 豚肉 ロースハム 豆 腐 味噌 油揚げ わかめ 牛乳	大根 きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ もやし バナナ	E 484 P 21.6 F 21.8 塩 2.3	
20	木	肉じゃが煮 野菜の和え物 みそ汁 ネーブルオレンジ	バナナ	ヤクルト せんべい	じゃが芋 油 砂糖 ごま	豚肉 かまぼこ わかめ 味 噌	玉ねぎ つきこん 人参 しめじ グリンピース キャベツ きゅう り もやし ネーブルオレンジ バナナ	E 331 P 16.7 F 7.7 塩 2.4	
21	金	ハッシュドポーク スパゲティソテー 牛乳 バナナ	麦茶 ビスコ	フルーツヨーグルト	生クリーム スパゲティ マヨ ネーズ	豚肉 ロースハム 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅう り コーン バナナ いちご み かん缶 白桃缶	E 468 P 17.6 F 21.3 塩 2.2	
22	土	すき焼き風煮 牛乳 バナナ		麦茶 菓子	砂糖 油	豚肉 焼き豆腐	白菜 玉ねぎ 人参 しらたき 長ねぎ しいたけ バナナ	E 351 P 14 F 16.8 塩 1.1	
24	月	タンダリーチキン コールスロー ほうれん草ミルクスープ いちご	りんごジュース	牛乳 バナナマフィン	油 スパゲティ バター 小麦 粉 砂糖	鶏肉 ヨーグルト 鶏挽肉 牛乳	玉ねぎ にんにく 生姜 キャ ベツ きゅうり コーン ほうれん 草 いちご バナナ	E 444 P 22.1 F 19.1 塩 1.6	
25	火	誕生会 コーンラーメン ゼリー	バナナ	牛乳 ケーキ	中華めん 生クリーム	豚肉 牛乳	コーン ほうれん草 人参 メン マ 長ねぎ バナナ	E 619 P 26 F 16.8 塩 1.8	
26	水	麻婆豆腐 ほうれん草のナムル もやしスープ 清見オレンジ	麦茶 ビスコ	フルーツポンチ	砂糖 油 片栗粉 ごま ごま 油	豚挽肉 エビ わかめ	長ねぎ 人参 干しいたけ 生姜 にんにく ほうれん草 えのき もやし しらたき 清見オレンジ みかん缶 白桃缶 バイン缶 バ ナナ	E 343 P 21.6 F 11 塩 2.3	
27	木	キャベツ畑のメンチカツ おかか和え みそ汁 バナナ	清見オレンジ	飲むヨーグルト せんべい	小麦粉 パン粉 油 焼き麩	豚挽肉 卵 豆腐 牛乳	キャベツ 玉ねぎ 白菜 人参 きゅうり えのき 清見オレンジ バナナ	E 410 P 17.2 F 15.3 塩 2.3	
28	金	照り焼きチキン スパサラ スープ ネーブルオレンジ	バナナ	牛乳 揚げパン	砂糖 スパゲティ 油 パン マヨネーズ	鶏肉 ベーコン 牛乳	生姜 にんにく きゅうり 人参 コーン ほうれん草 えのき ネーブルオレンジ バナナ	E 446 P 18.2 F 24.2 塩 2	

※行事や発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合もあります。
 ※3歳以上児の副食(完全給食の日(主食を含む)とおやつ(土曜日は除く)の栄養価を記載しております。
 ※赤い字の日は完全給食でご飯はいりません。 ※緑の字の日はカムカムの日で、よく噛んで食べましょう。
 ※青い字の日は手作りおやつの日です。



～お花見会について～

4/14(金)は、カラのタッパーを持ってきて下さい。
 子供達が自分のお弁当箱(タッパー)におかずを詰めて、お花見に行く予定になっていますので、よろしくお願ひします♪

ご入園・ご進級おめでとうございます。

☆ わたしたちがつくりまします ☆



三人で力を合わせて、おいしい給食を作っていきたいと思ひます。



新体制で、子供達の若いパワーをもらいながら、楽しく・おいしい給食を作っていきたいと思ひます。



先輩を見習って、一生懸命がんばりたいと思ひます。

～ よろしくお願ひします ～