

4月予定および献立表



平成30年3月30日
東奈良敬愛保育園

★印は卵を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	日	お休み			
2	月	始業式	★三色丼★	鶏ミンチ、いんげん、卵	おにぎり 牛乳
			キャベツの胡麻和え	キャベツ、人参、平天	
			味噌汁	豆腐、わかめ、ねぎ	
3	火	入園式	鶏肉の照り焼き	鶏肉、ミニトマト	★ヨーグルト 蒸しケーキ★ 牛乳
			酢の物	きゅうり、人参、大根、かにかまぼこ	
			味噌汁	じゃがいも、玉ねぎ、ねぎ	
4	水		ゆかりご飯 鯖の塩焼き	ゆかり / 鯖 / ブロッコリー	フルーツゼリー せんべい 牛乳
			切り干し大根煮	切り干し大根、人参、竹輪、しらたき、いんげん	
			味噌汁	白菜、油揚げ、ねぎ	
5	木		豚肉のしぐれ煮	豚肉、人参、ごぼう、しらたき、いんげん	ジャムサンド 牛乳
			ポン酢和え	ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ	
			味噌汁	しめじ、わかめ、ねぎ	
6	金		ハヤシライス	牛肉、玉ねぎ、人参、トマト	大学芋 牛乳
			キャベツとりんごのサラダ	キャベツ、きゅうり、みかん、レーズン	
			キャンディチーズ	チーズ	
7	土		焼きそば風スパゲティ	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、スパゲティ	手作り肉まん 牛乳
			中華風酢の物	かにかまぼこ、きゅうり、人参、もやし	
			★卵スープ★ フルーツ	卵、わかめ / フルーツ	
8	日	お休み			
9	月	習字	タンドリーチキン	鶏肉、ヨーグルト / ミニトマト	蒸しパン 牛乳
			じゃことひじきのサラダ	ちりめんじゃこ、ひじき、きゅうり、キャベツ、	
			味噌汁	えのき茸、油揚げ、ねぎ コーン、パプリカ	
10	火		わかめご飯 筑前煮	わかめ/鶏肉、大根、人参、ごぼう、蓮根、こんにゃく、いんげん	★スティックパン★ 牛乳
			★春雨サラダ★	ハム、きゅうり、もやし、人参、春雨	
			味噌汁	しめじ、豆腐、ねぎ	
11	水		豚肉のしょうが焼き	豚肉、人参、玉ねぎ	プリン せんべい 牛乳
			★ポテトサラダ★	ツナ、じゃがいも、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ	
			味噌汁	小松菜、油揚げ	
12	木	スイミング	鮭の照り焼き フルーツ	鮭 / フルーツ	マカロニきなこ 牛乳
			お浸し	ほうれん草、白菜、人参	
			豚汁	豚肉、大根、人参、さつまいも、ごぼう、ねぎ	
13	金	体育あそび シーツ交換	ちゃんぽん	豚肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、もやし、かまぼこ、	いなりずし 牛乳
			★海老しゅうまい★	海老しゅうまい いか、青梗菜、ねぎ、中華麺	
			フルーツ	りんご	
14	土	家庭の日 (幼児お弁当)	おにぎり★コロツケ★	牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、パン粉、卵	★ケーキ・サレ★ 牛乳
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、人参、キャベツ、コーン	
			味噌汁 フルーツ	豆腐、わかめ、ねぎ フルーツ	
15	日	お休み			

■アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

■お子さんが欠席される場合は、必ず園に連絡をして下さい。

今月の昼食とおやつの平均栄養量(3才児以上)										
	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
基準	614	23	17.1	247	2.2	0.31	0.36	18	-	1.8未満
平均	620	23.5	17.9	255	2.3	0.36	0.42	23	3.6	1.8



日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	月	交通安全教室	ツナ寿司	ツナ、きゅうり、大葉、のり	マシュマロおこし
		習字	ひじき煮	鶏肉、ひじき、人参、竹輪、しらたき、いんげん	牛乳
		個人懇談	★すまし汁★	卵、ほうれん草	
17	火	E~たいむ	鶏肉のノルウェー風	鶏肉 / ブロッコリー	フルーツ寒天
			じゃこサラダ	ちりめんじゃこ、きゅうり、キャベツ、コーン、きゅうり	クラッカー
			味噌汁	玉ねぎ、わかめ、ねぎ	牛乳
18	水	Jリーグ	★鯛のタルタルソース★	鯛、卵、マヨネーズ / ミントマト	フライドポテト
			カニカマサラダ	かにかまぼこ、きゅうり、人参、大根、キャベツ	牛乳
			味噌汁	もやし、しめじ、ねぎ	
19	木	春の遠足	焼肉	牛肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン	豆腐ドーナツ
			★マカロニサラダ★	ハム、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ	牛乳
			味噌汁	えのき茸、豆腐、ねぎ	
20	金	体育あそび ↓	麻婆丼	豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、にら	さつまいもようかん
			★バンサンスウ★	かにかまぼこ、もやし、きゅうり、人参、錦糸卵	牛乳
			わかめスープ	わかめ、コーン	
21	土		カレーピラフ	鶏肉、人参、玉ねぎ、コーン、ねぎ	梅大福
			大豆サラダ	ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、きゅうり、人参	牛乳
			コンソメスープ	えのき茸、しめじ、パセリ	
22	日	お休み			
23	月	進級写真撮影	ビビンバ	牛肉、人参、もやし、ほうれん草、切り干し大根	フルーツヨーグルト
		習字	揚げ餃子	餃子	せんべい
			★卵スープ★	卵、豆腐、ねぎ	
24	火	E~たいむ	ミートスパゲッティ	合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、トマト、スパゲティ、	シュガートースト
			★ハムサラダ★	ハム、キャベツ、きゅうり、人参、コーン チーズ	牛乳
			フルーツ	りんご	
25	水	お誕生会	ポークカレー	豚肉、人参、じゃがいも、玉ねぎ	★バースディケーキ★
			キャベツとみかんのサラダ	キャベツ、きゅうり、みかん、レーズン	牛乳
			キャンディチーズ	チーズ	
26	木	スイミング 避難訓練	豆ご飯 鮭の西京焼き	えんどう豆 / 鮭	みたらし団子
			おかか和え	ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ	(乳児 マカロニ)
			けんちん汁	鶏肉、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、里芋、ねぎ	牛乳
27	金	体育あそび シーツ交換	★ハンバーグ★	合挽きミンチ、玉ねぎ、パン粉、卵 / ブロッコリー	きな粉揚げパン
			ツナサラダ	ツナ、きゅうり、人参、キャベツ、コーン	牛乳
			コーンスープ	コーン、牛乳	
28	土	家庭の日 (幼児お弁当)	豚肉の野菜巻き	豚肉、人参、いんげん	五平餅
			コーンサラダ	キャベツ、きゅうり、コーン	牛乳
			味噌汁 フルーツ	豆腐、わかめ、ねぎ / フルーツ	
29	日	昭和の日			
30	月	振替休日			

■ベーコンと、ちくわ、かまぼこなどの練り製品は、卵不使用のものを使用しております。

■献立内容は仕入れ等の状況により変更する場合があります。

