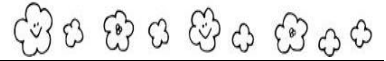




令和5年4月献立表(未満児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
3月 18火	昼食	御飯 みそ汁 豚肉のしょうが焼き 大根サラダ フルーツカクテル缶	米 天かす	みそ、油揚げ、豆腐 豚肉	たまねぎ、しょうが だいごん、きゅうり、にんじん フルーツカクテル缶	エネルギー 463KCal たんぱく質 14.4g 脂 質 14.4g カルシウム 149mg 食塩相当量 1.4mg
	午後おやつ	牛乳 カップケーキ	ホットケーキミックス、油、砂糖	牛乳		
4火	昼食	御飯 すまし汁 赤魚の煮付け ほうれん草のごま和え 白桃缶	米 焼ふ 砂糖 すりごま、砂糖	赤魚 ハム	えのき しょうが ほうれん草、にんじん 白桃缶	エネルギー 360KCal たんぱく質 14.5g 脂 質 8.2g カルシウム 165mg 食塩相当量 1.4mg
	午後おやつ	牛乳 お祝いゼリー	餃子の皮、砂糖	牛乳 生クリーム	ストロベリーゼリーの素	
5水 20木	昼食	まるパン クリームシチュー ナゲット マカロニサラダ パイナップル缶	まるパン じゃがいも	牛乳、鶏肉 ナゲット ハム	たまねぎ、にんじん きゅうり、にんじん パイナップル缶	エネルギー 407KCal たんぱく質 14.1g 脂 質 13.7g カルシウム 78mg 食塩相当量 2.1mg
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかき(うすしお)	やわらかおかき(うすしお)			
6木 17月	昼食	御飯 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーとちくわのサラダ バナナ	米 砂糖 和風ドレッシング	みそ ハンバーグ ちくわ	はくさい、にんじん ブロッコリー、にんじん バナナ	エネルギー 413KCal たんぱく質 14.1g 脂 質 10.4g カルシウム 114mg 食塩相当量 1.1mg
	午後おやつ	野菜ジュース ミルクプリン		ミルクプリンの素、牛乳	野菜ジュース	
7金 19水	昼食	御飯 すまし汁 チキンカツ ひじきの煮物 りんご缶	米 砂糖、ごま油	チキンカツ さつま揚げ、油揚げ、いんげん	たまねぎ、にんじん ひじき、にんじん りんご缶	エネルギー 451KCal たんぱく質 16.8g 脂 質 12.0g カルシウム 162mg 食塩相当量 1.2mg
	午後おやつ	牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳		
10月 21金	昼食	ミート焼きそば コンソメスープ ごぼうときゅうりのサラダ みかん缶	焼きそば麺、油、砂糖 マヨネーズ	豚肉 ベーコン	たまねぎ、にんじん、キャベツ キャベツ、たまねぎ ごぼう、にんじん、きゅうり、コーン みかん缶	エネルギー 477KCal たんぱく質 12.1g 脂 質 19.5g カルシウム 63mg 食塩相当量 1.8mg
	午後おやつ	麦茶 豆乳ドーナツ	豆乳ドーナツ			
11火 28金	昼食	御飯 みそ汁 マーボー豆腐 小松菜の和え物 黄桃缶	米 じゃがいも 片栗粉、ごま油、砂糖	みそ 豆腐、豚肉、みそ ベーコン	にんじん ねぎ、しょうが こまつな、にんじん、コーン 黄桃缶	エネルギー 451KCal たんぱく質 17.0g 脂 質 15.6g カルシウム 235mg 食塩相当量 1.7mg
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳		
12水 24月	昼食	ゆかり御飯 みそ汁 さけの塩焼き キャベツサラダ りんご	米 フレンチドレッシング	みそ さけ ツナ	ゆかり だいごん、わかめ キャベツ、黄ピーマン、にんじん りんご	エネルギー 380KCal たんぱく質 14.5g 脂 質 12.5g カルシウム 141mg 食塩相当量 1.0mg
	午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ(バニラ)	ソフトクレープ(バニラ)	牛乳		
13木 25火	昼食	ロールパン(いちご&マーガリン) コンソメスープ 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ オレンジ	ロールパン、マーガリン 砂糖 じゃがいも、マヨネーズ	鶏肉 魚肉ソーセージ	いちごジャム コーン、にんじん きゅうり、にんじん オレンジ	エネルギー 334KCal たんぱく質 11.1g 脂 質 16.9g カルシウム 37mg 食塩相当量 1.2mg
	午後おやつ	麦茶 お麩のラスク(シュガー)	焼ふ、グラニュー糖	無塩バター		
14金 27木	昼食	チキンカレー はんぺんフライ もやしとわかめのナムル 洋なし缶	米、じゃがいも 油 ごま、ごま油	鶏肉 はんぺんフライ ハム	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく もやし、にんじん、わかめ 洋なし缶	エネルギー 446KCal たんぱく質 15.9g 脂 質 16.7g カルシウム 171mg 食塩相当量 1.6mg
	午後おやつ	牛乳 シュークリーム(いちご)	シュークリーム(いちご)	牛乳		
26水	☆お誕生 日給食☆	わかめ御飯 みそ汁 鶏のから揚げ 大根とツナの和え物 フルーツゼリー	米 片栗粉、油、小麦粉 マヨネーズ	みそ、豆腐 鶏肉、卵 ツナ	にんじん しょうが だいごん、きゅうり、コーン みかん缶、パイナップル缶、クールゼリーの素	エネルギー 470KCal たんぱく質 16.1g 脂 質 10.5g カルシウム 301mg 食塩相当量 1.0mg
		ジョア ケーキ	ケーキ	ジョア 生クリーム		

※おやつ 4月15日(土) アンパンマンビスケット 4月29日(土) サッポロポテト
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。