



4月の目標：楽しく食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
 ※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。
 乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
 ※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：548kcal

	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
昼食			ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 フルーツゼリー	ご飯 鶏肉の葱塩焼き 切干大根のハリハリサラダ じゃが芋とほうれん草の味噌汁 バナナ	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え きのこの味噌汁 ヨーグルト	
3時			お麩ラスク ヨーグルトドリンク	春キャベツとツナのチヂミ 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり 牛乳	
			エネルギー 509 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 13 g 炭水化物 81.1 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 22 g 脂質 18.6 g 炭水化物 71.9 g	エネルギー 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	エネルギー 532 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.6 g 炭水化物 88.5 g	
昼食	6	7	8	9	10	11	
3時	バナナマフィン 牛乳	ミルクプリン ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	キャロットロール ヨーグルトドリンク	あおさおにぎり 牛乳	
	エネルギー 536 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 16.9 g 炭水化物 78.5 g	エネルギー 496 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 14 g 炭水化物 80.9 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 7 g 炭水化物 80.7 g	エネルギー 548 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 90.4 g	
	進級お祝い献立		14	15	誕生会	17	18
昼食	赤飯 赤魚の煮付け さつま芋とほうれん草の白和え 花麩のすまし汁 もものミルクゼリー	麦ご飯 カレイのパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 バナナ	ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 フルーツゼリー	ミートソーススパゲッティ カラフル野菜のコロコロサラダ 彩りコンソメスープ いちご	麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵の中華スープ オレンジ	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜と人参のゆかり和え きのこの味噌汁 ヨーグルト	
3時	お祝い2色ジャムサンド 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳	お麩ラスク ヨーグルトドリンク	フレンチトースト～いちごソース 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	わかめおにぎり 牛乳	
	エネルギー 607 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 17.4 g 炭水化物 101.1 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.9 g 炭水化物 62.1 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 13 g 炭水化物 81.1 g	エネルギー 675 kcal 蛋白質 29 g 脂質 23.5 g 炭水化物 96.6 g	エネルギー 522 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 13.2 g 炭水化物 84.8 g	エネルギー 532 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.6 g 炭水化物 88.5 g	
昼食	20	21	22	23	24	25	
3時	バナナマフィン 牛乳	ミルクプリン ウエハース 麦茶	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	キャロットロール ヨーグルトドリンク	あおさおにぎり 牛乳	
	エネルギー 536 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 16.9 g 炭水化物 78.5 g	エネルギー 496 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 14 g 炭水化物 80.9 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.5 g 炭水化物 73.7 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 12.5 g 炭水化物 71.9 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 7 g 炭水化物 86.1 g	エネルギー 548 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 90.4 g	
昼食	27	28	29	30	31		
3時	カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳		チーズ蒸しパン 牛乳			
	エネルギー 617 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 87.3 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.9 g 炭水化物 62.1 g		エネルギー 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.1 g 炭水化物 81.5 g			