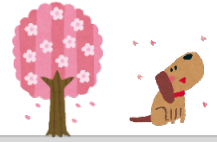


目黒三田保育園キミミライト
令和8年度4月(卯月)献立



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: 549kcal

	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
昼食			ご飯 豚肉の生姜炒め ひじきのサラダ 若竹汁 いちご 	ご飯 鶏肉の塩麴焼き 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 えのきとコーンのスープ 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	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	クロワッサン 牛乳
			エネルギー 471 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 12.9 g 炭水化物 71.8 g	エネルギー 573 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 17.8 g 炭水化物 72.6 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 13.6 g 炭水化物 86.7 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 18.2 g 炭水化物 72.3 g
	6	7	8	9	10	11
昼食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	胚芽ご飯 鶏の竜田揚げ きゃべつと大根のさっぱり和え 若布と豆腐の味噌汁 オレンジ	ご飯 鮭の味噌チーズ焼き 春野菜サラダ かぶのすまし汁 フルーツゼリー	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	紅茶のスコーン 牛乳	せんべい(ぱりんこ) ウエハース 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	豚肉と人参の炊き込みご飯 麦茶	ハニーソイパン ヨーグルトドリンク	チーズベーグル 牛乳
	エネルギー 559 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 19.9 g 炭水化物 79.2 g	エネルギー 507 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 16.3 g 炭水化物 77.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 7.4 g 炭水化物 73.1 g	エネルギー 363 kcal 蛋白質 8.6 g 脂質 6.4 g 炭水化物 68.2 g	エネルギー 483 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 4.9 g 炭水化物 90.1 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 14.8 g 炭水化物 76.2 g
	13	14	15	16	17 入園祝い献立	18
昼食	ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつま芋とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	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 いちご	ご飯 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 フルーツゼリー	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	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	カレーピラフ 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	チーズ蒸しパン 牛乳	お祝い2色ジャムサンド 牛乳 	クロワッサン 牛乳
	エネルギー 598 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.2 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 471 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 12.9 g 炭水化物 71.8 g	エネルギー 620 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 21.0 g 炭水化物 90.4 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 17.4 g 炭水化物 01.7 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 18.2 g 炭水化物 72.3 g
	20	21	22	23 誕生会	24	25
昼食	ご飯 鶏肉のレモン塩焼き ほうれん草の納豆和え 新ごぼうと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー	ポークカレー コールスローサラダ アスパラガスと白菜のスープ バナナ	野菜たっぷりちゃんぽんうどん 胡瓜ともやしの胡麻酢和え 南瓜の甘煮 ヨーグルト	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 きらきらぶどうゼリー 	麻婆豆腐丼 春雨サラダ えのきとコーンのスープ オレンジ	豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 ヨーグルト
3時	紅茶のスコーン 牛乳	せんべい(ぱりんこ) ウエハース 牛乳	スナックエンドウの炊きこみご飯 麦茶	フレンチトースト~いちごソース 牛乳	筍と絹さやのあんかけ丼 小魚 麦茶	チーズベーグル 牛乳
	エネルギー 559 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 19.9 g 炭水化物 79.2 g	エネルギー 507 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 16.3 g 炭水化物 77.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 7.4 g 炭水化物 73.1 g	エネルギー 719 kcal 蛋白質 29.9 g 脂質 23.6 g 炭水化物 06.4 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 13.6 g 炭水化物 86.7 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 14.8 g 炭水化物 76.2 g
	27	28	29	30		
昼食	ご飯 鶏と春野菜の和風炒め 白雪サラダ さつま芋とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	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 マーマレードチキン アスパラと人参の金平 南瓜とえのきの味噌汁 フルーツゼリー		
3時	カレーピラフ 牛乳	海苔しおポテト 小魚 牛乳		ハニーソイパン 牛乳		
	エネルギー 598 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.2 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 557 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 14.9 g 炭水化物 90.1 g		