



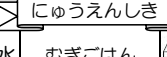





















日曜		こんだてめい	しょくひんのはたらき				エネルギー kcal たんぱく質 g 食塩相当量 g	降園時間	おやつきゅうしょく	降園時間
			きいろ	あか	みどり					
			ねつやちからになる	ちやくにくになる	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの				

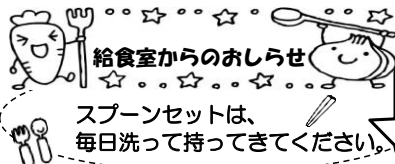
在園児のみ (年長・年中)										
8	火	まぜまぜゼリー	マスカットゼリー			ミックスドフルーツ みかん	101 1.2	年中 11:20 年長 11:30		
年 中 ・ 年 長										

9	水	 にゅうえんしき むぎごはん	ポークカレー フレンチサラダ いちご	こめ じゃがいも むぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん にんにく しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり いちご	482 17.9 1.7	年中 13:20 年長 13:30		
年 中 ・ 年 長									年 少	

10	木	 こぎつねごはん	きゅうりのちゅうかあえ とうふとえのきのみそしる	こめ さとう むぎ ごまあぶら じゃがいも	とりにく わかめ あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう	426 17.5 1.5	 年中 13:50 年長 14:00	せんべい ぎゅうにゅう	11:30 
11	金	 けんちんうどん	チキンあえ ヨーグルト	うどん さとう ごまあぶら	ぶたにく あぶらあげ ぎゅうにゅう とりにく ヨーグルト	にんじん こまつな	435 21.6 2.1		ヨーグルト	
14	月	 たかさきどん	なまあげのちゅうかスープ オレンジ	こめ かたくりこ むぎ ごまあぶら はるさめ	いか ぶたにく ぎゅうにゅう たまご なまあげ	にんじん チンゲンサイ みずな	434 18.6 1.2		オレンジ ぎゅうにゅう	
15	火	 むぎごはん	さばのみそに くきわかめのきんぴら かきたまじる	こめ さとう むぎ ごまあぶら かたくりこ	ぎゅうにゅう たまご さばのみそに とうふ くきわかめ ぶたにく	にんじん チンゲンサイ	491 21.4 2.1		せんべい ぎゅうにゅう	
16	水	 パンズパン	ポークビーンズ いかくんサラダ	パンズパン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう いかくん ぶたにく ベーコン ハルメザンチーズ だいす	にんじん トマト	530 23.2 2.3		パンズパン ぎゅうにゅう	
17	木	 なめし	にくじゃが なまあげとキャベツのみそしる	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ あぶらあげ	にんじん さやえんどう	498 19.1 2.1		おにぎり ぎゅうにゅう	
18	金	 ごもくらーめん	しゅうまい きなこむしパン	ちゅうかめん あぶら ホットケーキミックス	ぶたにく きなこ ぎゅうにゅう しゅうまい とうにゅう	にんじん	521 21.9 2.1		きなこむしパン ぎゅうにゅう	
21	月	 むぎごはん	マーボーどうふ はるさめサラダ あんにんデザート	こめ むぎ ごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく やきぶた	にんじん にら	521 19.1 1.9		フルーツあんにん	
22	火	 むぎごはん	ぶたにくのパンこやき のりすあえ なめこじる	こめ さとう パンこ むぎ ノンエクサマヨネーズ ごまあぶら さといも	ぎゅうにゅう あぶらあげ ぶたにく ハルメザンチーズ むきえび とうふ みそ のり	にんじん	522 25.0 1.6		せんべい ぎゅうにゅう	
23	水	 クリームサンド	ワンタンスープ あおりのこざかな	せわりコッペパン にくいりワンタン	ホイップクリーム ぎゅうにゅう のり かたくちいわし	にんじん にら	498 19.4 2.1		コッペパン ぎゅうにゅう	
24	木	 わかめごはん	あげじゃがいものそぼろに たぬきじる	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう かたくりこ	わかめ ぶたにく ぎゅうにゅう あぶらあげ	にんじん さやえんどう	430 15.3 2.0	はらじゅくドック ぎゅうにゅう		
25	金	 じゃこ チャーハン	とうふとわかめのスープ フルーツヨーグルト	こめ むぎ ごま ごまあぶら かたくりこ	しらすぼし やきぶた とりにく とうふ わかめ ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん	488 20.1 2.1	 フルーツヨーグルト		
28	月	 むぎごはん しっとりふりかけ	なまあげのそぼろに とんじる	こめ むぎ ごま さとう かたくりこ じゃがいも	しらすぼし ぶたにく みそ こんぶ とりにく なまあげ ぎゅうにゅう かつおぶし	にんじん チンゲンサイ	521 25.8 1.7	ビスケット ぎゅうにゅう		
30	水	 せわり コッペパン	フランクフルト コーンサラダ ABCスープ	せわりコッペパン あぶら じゃがいも ABCマカロニ さとう	ぎゅうにゅう フランクフルト ベーコン	にんじん	530 25.3 2.0	コッペパン ぎゅうにゅう		

＜4月の給食目標＞

みんなといっしょに
たのしくたべよう！



給食室からのおしらせ

スプーンセットは、
毎日洗って持ってきてください。

年少組は、4月は
給食室でスプーンを
用意します。

給食栄養価平均値(基準値)
○エネルギー486kcal(450kcal)
○たんぱく質 20.4g(15~26g)
○食塩相当量 1.9g(1.5g)

●今月の給食費の引き落とし日は4月30日(水)です。お忘れのないようをお願いいたします。
○都合により、献立や食材等が変更になることがあります。ご了承ください。
●こんにゃく芋は、名前の通りイモ類なので、食品群別では『きいろ』に分類されますが、こんにゃくに加工されると食物繊維たっぷりの『みどり』に変身します。

