

令和4年4月 保育園・認定こども園給食予定献立表



曜日	日	午前おやつ (3歳未満児)	昼 食		午後おやつ
			主 菜	副 菜	
月	4 入園式 18	ビスケット お茶	ポトフ	マカロニサラダ	4日：揚げせんべい お茶 18日：ラスク お茶
火	5 19 食育の日	ヨーグルト お茶	カレー	ハンサンスー	ぷるぷるミルク(いちご味) せんべい
水	6 20	バナナ お茶	さわらのマヨネーズ焼き	ひじきの煮物 大根のみそ汁	ヨーグルトマフィン お茶
木	7 21	オレンジ お茶	五目卵焼き	小松菜のなめたけ和え キャベツのすまし汁	ジャムサンド 牛乳 (未満児:牛乳100ml)
金	8 やさいの日	せんべい お茶	回鍋肉	中華風春雨スープ チーズ	ココアプリン クラッカー
	22		レバーのケチャップ和え	温野菜 (もやし・キャベツ) 豆腐のすまし汁	
土	9 23	クラッカー 牛乳	肉じゃが	コーンと野菜のスープ	甘辛せんべい 牛乳
月	11 25	ビスケット お茶	鶏の変わり西京焼き	なるとのすまし汁 バナナ	いちごジャム蒸しパン お茶
火	12 26	ヨーグルト お茶	鮭の照り焼き	卵の花の炒り煮 春野菜のみそ汁	焼きおにぎり お茶
水	13 歓迎会	オレンジ お茶	ハンバーグ	コールスローサラダ コーンスープ	バナナケーキ お茶
	27 お楽しみ献立		鶏ささみのレモン風味	ポテトサラダ ミネストローネ	ホワイトポンチ せんべい
木	14 28	バナナ お茶	麻婆豆腐	野菜ラーメンスープ	14日：ビスケット 紙パック麦茶 28日：ラスク 牛乳 (未満児:牛乳100ml)
金	1 15	せんべい お茶	肉野菜炒め	豆腐とわかめのみそ汁	1日：ソフトせんべい お茶 15日：大学いも お茶
土	2 16 30	クラッカー 牛乳	厚揚げと野菜の煮物	じゃがいものスープ	塩せんべい 牛乳

～毎月19日は、食育の日です～
 食育の日には、玉ねぎの皮をむくなど調理のお手伝いをしたり、旬の食べ物について学んだり、食に関する取り組みを行います。

今月の食育のテーマ
「給食室見学」

調理の様子を給食室の外から見学します。メニューは子どもたちに人気の「カレー」です。
 野菜を切ったり、大きな鍋で具材を煮込んだりして、自分たちが食べる給食を作っている様子を見ていると、給食に親しみがわき、食べるのが楽しみになりますね。

	3歳以上児 (幼稚園児)		3歳未満児	
	4月分	給与 目標	4月分	給与 目標
熱量 (kcal)	368 (223)	390 (200)	448	490
たんぱく質 (g)	17.9 (13.9)	18.5 (11.5)	17.4	18.4
脂質 (g)	16.0 (11.6)	15.5 (10.4)	14.1	13.6
カルシウム (mg)	183 (95)	230 (100)	177	210
食塩 (g)	1.8 (1.4)	1.6 (1.2)	1.4	1.5

* 3歳未満児の主食はごはんです * 幼稚園部門(1号認定)のお子さんは昼食のみの提供です