

令和6年度4月の献立表

新町保育園

日曜	献立名	午後おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー表示 (4歳児)	6時15分補食
1月	ごはん 鮭のごま塩焼き ひじきとチーズのサラダ 春野菜のすまし汁 バナナ	牛乳 *さつまスティック	米 油 砂糖 白ごま ふ さつまいも	牛乳 チーズ 鮭 ひじき ロースハム ちくわ	にんじん きやべつ 菜の花 えのき バナナ	エネルギー 567 kcal タンパク質 18.3 g 脂質 17.8 g 塩分 2 g	麦茶 せんべい
2火	バターサンド かじきのチーズ焼き バリバリサラダ 新玉ねぎのミルクスープ パイナップル	乳酸菌飲料 *焼肉おにぎり	食パン マーガリン バター 焼売の皮 小麦粉 米	かじき チーズ 鶏ひき肉 豚肉 牛乳	玉ねぎ にんじん パセリ 大根 キャベツ きゅうり しめじ パイナップル	エネルギー 544 kcal タンパク質 20.6 g 脂質 20.4 g 塩分 2 g	麦茶 ビスケット
3水	たけのこごはん 鶏のからあげ マカロニサラダ 春キャベツの味噌汁 デコボン	牛乳 *シュガーパイ	米 油 砂糖 マカロニ 片栗粉 グラニュー糖 パイ生地 マヨネーズ	牛乳 ロースハム 油揚げ たまご 鶏もも肉	しょうが きゅうり にんじん コーン キャベツ 玉ねぎ デコボン たけのこ 干しシイタケ 絹さや	エネルギー 547 kcal タンパク質 19.7 g 脂質 20.9 g 塩分 2 g	麦茶 せんべい
4木	煮込みうどん ちくわの磯部揚げ 生めかぶの和え物 バナナ	牛乳 *おなかチーズおにぎり	米 油 うどん 小麦粉	牛乳 鶏もも肉 ちくわ 青のり めかぶ 鯉節 油揚げ チーズ	玉ねぎ にんじん ねぎ ほうれん草 しめじ えのきたけ きゅうり バナナ	エネルギー 518 kcal タンパク質 20.6 g 脂質 14 g 塩分 2.4 g	麦茶 せんべい
5金	ポークカレー ドレッシングサラダ 野菜ジュース 清見オレンジ	牛乳 *黒糖蒸しパン	米 油 砂糖 じゃが芋 カレールウ ミックス粉 黒糖	豚もも肉 わかめ 牛乳	にんじん 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり にんじん 清見オレンジ	エネルギー 598 kcal タンパク質 17.7 g 脂質 15.5 g 塩分 1.8 g	麦茶 パイ
6土	わかめうどん チーズ ポテトの炒め物 バナナ	牛乳 *こぶおにぎり	うどん 油 じゃが芋 米 さとう	鶏もも肉 チーズ ベーコン こぶ わかめ 牛乳	ねぎ にんじん キャベツ 玉ねぎ バナナ	エネルギー 521 kcal タンパク質 19 g 脂質 15.7 g 塩分 2.8 g	麦茶 ドーナッツ
8月	ごはん 鶏の照り焼き チンゲン菜の肉炒め えのきの味噌汁 清見オレンジ	牛乳 *ジャリパン	米 油 砂糖 食パン マーガリン グラニュー糖	牛乳 鶏もも肉 豚肩ロース肉 生揚げ	しょうが チンゲン菜 もやし 人参 ピーマン えのきたけ あさつき 清見オレンジ	エネルギー 533 kcal タンパク質 21.9 g 脂質 16.1 g 塩分 1.7 g	麦茶 ジャムサンド
9火	ロールパン 白身魚フライ スナックエンドウサラダ かぶのスープ バナナ	牛乳 *和風ツナおにぎり	米 砂糖 油 ロールパン パン粉 薄力粉 マヨネーズ	牛乳 たまご かじき ベーコン 焼き海苔	玉ねぎ パセリ バナナ スナックエンドウ ブロッコリー きゅうり コーン にんじん レモン果汁 かぶ えのき	エネルギー 543 kcal タンパク質 18.4 g 脂質 22.3 g 塩分 2.5 g	麦茶 せんべい
10水	中華丼 もやしのナムル わかめスープ デコボン	牛乳 *フレンチトースト	米 油 砂糖 食パン バター ごま油 白ごま	牛乳 豚肩肉 かまぼこ わかめ たまご	玉ねぎ にんじん 白菜 もやし キャベツ ほうれん草 たけのこ 玉ねぎ デコボン	エネルギー 579 kcal タンパク質 21.7 g 脂質 18.9 g 塩分 2.1 g	麦茶 ゴーフレット
11木	スパゲティーナポリタン フレンチサラダ えのきのスープ パイナップル	牛乳 *塩豚おにぎり	米 砂糖 油 スパゲティー バター	牛乳 ウインナー ツナ 豚肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン きゅうり あさつき キャベツ パイナップル えのき	エネルギー 542 kcal タンパク質 18.5 g 脂質 18.8 g 塩分 2.5 g	麦茶 パイ
12金	ごはん さわらの竜田揚げ 切り干し大根の炒め煮 豚とごぼうの味噌汁 清見オレンジ	牛乳 *バナナケーキ	米 片栗粉 ミックス粉 マーガリン グラニュー糖	さわら ベーコン 豚肩ロース肉 たまご 牛乳	しょうが 切り干し大根 人参 ピーマン ごぼう もやし ねぎ バナナ 清見オレンジ	エネルギー 574 kcal タンパク質 19.1 g 脂質 21.2 g 塩分 1.7 g	麦茶 せんべい
13土	焼き鳥丼 わかめサラダ 豆腐の味噌汁 バナナ	牛乳 *クロワッサンサンド	米 油 砂糖 ごま油 クロワッサン ジャム	鶏もも肉 絹豆腐 牛乳 焼き海苔 わかめ	ねぎ 人参 きやべつ きゅうり 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	エネルギー 546 kcal タンパク質 19.4 g 脂質 18.3 g 塩分 1.7 g	麦茶 ドーナッツ
15月	ごはん 鮭のごま塩焼き ひじきとチーズのサラダ 春野菜のすまし汁 バナナ	牛乳 *カレーサモサ	米 油 砂糖 白ごま 焼売の皮 さつまいも じゃが芋	牛乳 豚ひき肉 チーズ 鮭 ひじき ロースハム ちくわ	にんじん きやべつ 菜の花 えのき バナナ グリーンピース	エネルギー 521 kcal タンパク質 20.3 g 脂質 18.4 g 塩分 2 g	麦茶 ジャムサンド

♪幼児クラスの月間平均熱量551kcal、タンパク19.7g 脂質18.8g 塩分2.1gです

♪乳児クラスの月間平均熱量409kcal、タンパク17.3g 脂質16.9g 塩分1.7gです

♪おやつ*印は園内の手作りメニューです

♪都合により献立変更をすることがあります

♪乳児組の朝のおやつは牛乳などの飲み物になります

園の基準 エネルギー 550kcal
(4歳児) タンパク質 19g

日曜	献立名	おやつ 午後	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	エネルギー表示	6時15分 補食
誕生日金	ハムカツサンド ポテト バターコーン カブのスープ ヨーグルト	麦茶 ショートケーキ	食パン じゃが芋 バター パン粉	ハム たまご ベーコン ヨーグルト	玉ねぎ にんじん コーン ブロッコリー かぶ えのき パセリ	エネルギー 626 kcal タンパク質 20 g 脂質 29 g 塩分 2.8 g	麦茶 クッキー
16 火	グリーンピースごはん 鶏のからあげ マカロニサラダ 春キャベツの味噌汁 デコボン	牛乳 *シュガーパイ	米 油 砂糖 マカロニ 片栗粉 グラニュー糖 パイ生地 マヨネーズ	牛乳 ロースハム 油揚げ たまご 鶏もも肉	しょうが きゅうり にんじん コーン キャベツ 玉ねぎ デコボン グリーンピース	エネルギー 539 kcal タンパク質 19.4 g 脂質 20.9 g 塩分 1.9 g	麦茶 ビスケット
17 水	煮込みうどん ちくわの磯部揚げ 生めかぶの和え物 バナナ	牛乳 *おほかチーズおにぎり	米 油 うどん 小麦粉	牛乳 鶏もも肉 ちくわ 青のり めかぶ 鰹節 油揚げ チーズ	玉ねぎ にんじん ねぎ ほうれん草 しめじ えのきたけ きゅうり バナナ	エネルギー 513 kcal タンパク質 20.6 g 脂質 14 g 塩分 2.4 g	麦茶 ビスケット
18 木	ポークカレー ドレッシングサラダ 野菜ジュース 清見オレンジ	牛乳 *黒糖蒸しパン	米 油 砂糖 じゃが芋 カレールウ ミックス粉 黒糖	豚もも肉 わかめ 牛乳	にんじん 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり にんじん 清見オレンジ	エネルギー 598 kcal タンパク質 17.7 g 脂質 15.5 g 塩分 1.8 g	麦茶 せんべい
19 金	わかめうどん チーズ ポテトの炒め物 バナナ	牛乳 *こぶおにぎり	うどん 油 じゃが芋 米 さとう	鶏もも肉 チーズ ベーコン こぶ わかめ 牛乳	ねぎ にんじん キャベツ 玉ねぎ バナナ	エネルギー 521 kcal タンパク質 19 g 脂質 15.7 g 塩分 2.8 g	麦茶 ふがし
20 土	ごはん 鶏の照り焼き チンゲン菜の肉炒め えのきの味噌汁 清見オレンジ	牛乳 *ジャリパン	米 油 砂糖 食パン マーガリン グラニュー糖	牛乳 鶏もも肉 豚肩ロース肉 生揚げ	しょうが チンゲン菜 もやし 人参 ピーマン えのきたけ あさつき 清見オレンジ	エネルギー 533 kcal タンパク質 21.9 g 脂質 16.1 g 塩分 1.7 g	麦茶 パイ
21 月	ロールパン 白身魚フライ スナップエンドウサラダ かぶのスープ バナナ	牛乳 *和風ツナおにぎり	米 砂糖 油 ロールパン パン粉 薄力粉 マヨネーズ	牛乳 たまご かじき ベーコン 焼き海苔	玉ねぎ パセリ パナナ スナップエンドウ ブロッコリー きゅうり コーン にんじん レモン果汁 かぶ えのき	エネルギー 541 kcal タンパク質 18 g 脂質 22.2 g 塩分 2.5 g	麦茶 せんべい
22 火	中華丼 もやしのナムル わかめスープ デコボン	牛乳 *フレンチトースト	米 油 砂糖 食パン バター ごま油 白ごま	牛乳 豚肩肉 かまぼこ わかめ たまご	玉ねぎ にんじん 白菜 もやし キャベツ ほうれん草 たけのこ 玉ねぎ デコボン	エネルギー 597 kcal タンパク質 21.7 g 脂質 18.9 g 塩分 2.1 g	麦茶 ビスケット
23 水	スパゲティーナポリタン フレンチサラダ えのきのスープ パイナップル	牛乳 *塩豚おにぎり	米 砂糖 油 スパゲティー バター	牛乳 ウインナー ツナ 豚肉	にんじん 玉ねぎ ピーマン きゅうり あさつき キャベツ パイナップル えのき	エネルギー 542 kcal タンパク質 18.5 g 脂質 18.8 g 塩分 2.5 g	麦茶 ビスケット
24 木	ごはん さわらの竜田揚げ 切り干し大根の炒め煮 豚とごぼうの味噌汁 清見オレンジ	牛乳 *バナナケーキ	米 片栗粉 ミックス粉 マーガリン グラニュー糖	さわら ベーコン 豚肩ロース肉 たまご 牛乳	しょうが 切り干し大根 人参 ピーマン ごぼう もやし ねぎ バナナ 清見オレンジ	エネルギー 574 kcal タンパク質 19.1 g 脂質 21.2 g 塩分 1.7 g	麦茶 せんべい
25 金	焼き鳥丼 わかめサラダ 豆腐の味噌汁 バナナ	牛乳 *クロワッサンサンド	米 油 砂糖 ごま油 クロワッサン ジャム	鶏もも肉 絹豆腐 牛乳 焼き海苔 わかめ	ねぎ 人参 きゃべつ きゅうり 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	エネルギー 546 kcal タンパク質 19.4 g 脂質 18.3 g 塩分 1.7 g	麦茶 ふがし
26 土	バターサンド かじきのチーズ焼き パリパリサラダ 新玉ねぎのミルクスープ パイナップル	乳酸菌飲料 *焼肉おにぎり	食パン マーガリン バター 焼売の皮 小麦粉 米	かじき チーズ 鶏ひき肉 豚肉 牛乳	玉ねぎ にんじん パセリ 大根 キャベツ きゅうり しめじ パイナップル	エネルギー 544 kcal タンパク質 20.6 g 脂質 20.4 g 塩分 2 g	麦茶 ふがし
27 日							



保育園で初めて食べる食材がないようにしてください。
新しい食材は最低2回以上おうちで試し食べをしておいてください。
どうしても食べられない食材は事前にお申し出ください。
代替え食品を使用した献立を提供いたします。