

平成 29年度 4月分 献立表

2017/3/24

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	土	クラッカー・牛乳	そばろ丼・具だくさん汁		クッキー
2	日				
3	月	レーズンサンド・カルピス	ごはん・すき焼き風煮・キャベツゆかり酢和え・味噌汁		おとクラッカー・牛乳
4	火	ムーンライト・牛乳	ごはん・チキン南蛮・もやしのゴマ和え・味噌汁		アップル春巻き
5	水	動物ビスケット・牛乳	ミルクパン・白身魚のムニエル・春野菜サラダ・チーズ・スープ		おにぎり
6	木	クラッカー・カルピス	ふりかけごはん・豚じゃが・わかめと胡瓜の酢の物・味噌汁		ホットケーキ・牛乳
7	金	ココナッツアップル・牛乳	豆パン・チキンソテーの野菜ソース・大根サラダ・南瓜のスープ		ストロベリーヨーグルト
8	土	ギンビースパラス・牛乳	あんかけうどん・きんぴら蓮根		クッキー
9	日				
10	月	レーズンサンド・カルピス	豚丼・小松菜胡麻和え・味噌汁		ロッククッキー
11	火	動物ビスケット・牛乳	ロールパン・ハンバーグ・マカロニサラダ・チンゲン菜のミックススープ		フルーツポンチ
12	水	クラッカー・牛乳	焼きそば・ナムル・バナナ・かきたまスープ		ラスク・牛乳
13	木	ギンビースパラス・カルピス	黒糖パン・ポトフ・温野菜サラダ・チーズ		揚げたこ焼き
14	金	ココナッツアップル・牛乳	ごはん・鱈の煮付・里芋のにっころがし・菜種和え・のっぺい汁		バナナメープルトースト・牛乳
15	土	動物ビスケット・牛乳	チキンカレー・パプリカサラダ		クッキー
16	日				
17	月	ムーンライト・カルピス	ふりかけごはん・千草焼き・切干大根の煮物・味噌汁		チーズ揚げ・牛乳
18	火	クラッカー・牛乳	ごはん・鮭の味噌マヨ焼き・がんもの含め煮・土佐和え・すまし汁		ジャムサンド・カルピス
19	水	動物ビスケット・牛乳	ロールパン・鶏肉の唐揚げ・人参グラッセ・ほうれん草のソテー・オニオンスープ		ブラウニーケーキ
20	木	ココナッツアップル・カルピス	ごはん・牛肉の生姜炒め・ゆで野菜・さつまいも甘煮・味噌汁		肉まん
21	金	レーズンサンド・牛乳	豆パン・ポークチャップ・青梗菜のしらす和え・中華スープ		プリン
22	土	ココナッツアップル・牛乳	きつねうどん・野菜の炒り煮		クッキー
23	日				
24	月	クラッカー・カルピス	ロールパン・フィッシュ&チップス・ミネストローネ		ふりかけおにぎり
25	火	動物ビスケット・牛乳	*お弁当日*		いちご大福
26	水	ココナッツアップル・牛乳	和風ちりめんスパゲティ・サラダ・リンゴ・野菜スープ		じゃがもち・牛乳
27	木	ムーンライト・カルピス	ミックスサンド・大根とコンのサラダ・ほうれん草のスープ		バナナのマフィン・牛乳
28	金	ギンビースパラス・牛乳	こいのぼりオムライス・トマト&ブロッコリー・おいもサラダ・コンソメスープ		かしわもち
29	土				
30	日				
31	月				

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	577	22.4	17.9	248	2.4	187	0.27	0.35	29	4.0	2.3
目標量	580	21.8	16.1	261	2.4	207	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	99%	103%	111.2%	95%	100.0%	90%	87%	100%	161%	89%	121%
3才未満児	512	19.6	16.2	254	1.4	166	0.24	0.35	24	3.2	1.6
目標量	510	19.1	14	237	2.5	210	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	100%	103%	115%	107%	56%	79%	86%	113%	126%	78%	89%



東福寺保育園・東福寺児童館