

令和6年度	4月分献立表
あおぞら 多摩平保育園	

日	曜	10時おやつ (乳児のみ)	お昼のメニュー	3時おやつ
1	月	りんごジュース	みそコーンラーメン,白菜としらすの中華和え,チーズ,バナナ	牛乳,お菓子
2	火	麦茶,お菓子	御飯,鶏肉のねぎ塩だれ焼き,切干大根の旨煮,すまし汁(麩・水菜),ヨーグルト	牛乳,お麩のラスク
3	水	ジョア	ウインナーピラフ,コロコロサラダ,野菜スープ(じゃがいも),ゼリー(もも)	牛乳,きな粉トースト
4	木	麦茶,お菓子	マーボー豆腐丼,トマトサラダ,春雨スープ,バナナ	牛乳,いちごジャム蒸しパン
5	金	ヨーグルト	パン,春野菜シチュー,マカロニサラダ,いちご	牛乳,いなり風混ぜご飯
6	土	りんごジュース	和風きのこスパゲティ,じゃが芋のチーズ焼き,スープ(キャベツ・にんじん) ゼリー(みかん)	牛乳,お菓子,バナナ
8	月	りんごジュース	チキンライス,大根サラダ,豆乳コーンスープ,バナナ	牛乳,しらすガーリック マヨトースト
9	火	麦茶,お菓子	わかめ御飯,鮭の塩焼き,ほうれん草のり和え,豚汁,オレンジ	牛乳,豆腐ドーナツ
10	水	ジョア	パン,ポークチャップ,ポテトサラダ,玉ねぎとセロリのスープ,ゼリー(ぶどう)	牛乳,たけのこ御飯
11	木	麦茶,お菓子	五目うどん,かぶのそぼろ煮,チーズ,りんご	牛乳,焼き大学芋
12	金	ヨーグルト	きりざい丼,かぼちゃの甘煮,味噌汁(もやし・ニラ),バナナ	牛乳,レーズンパン
13	土	りんごジュース	ひじきチャーハン,ジャーマンポテト,中華スープ(きくらげ・コーン) ヨーグルト	牛乳,お菓子,バナナ
15	月	りんごジュース	ツナピラフ,かぼちゃのピザ焼き,ひき肉と大根のスープ,オレンジ	牛乳,豆乳フレンチトースト
16	火	麦茶,お菓子	パン,カレイのコーンマヨネーズ焼き,アスパラとトマトのサラダ キャベツスープ,バナナ	牛乳,おにぎり(塩昆布)
17	水	ジョア	★誕生日会★御飯,ハンバーグ,ブロッコリーとちくわのサラダ 味噌汁(なめこ),いちご	牛乳,バースデーゼリー
18	木	麦茶,お菓子	中華風あんかけうどん,ツナとさつまいものサラダ,オレンジ	牛乳,ししじゅうし
19	金	ヨーグルト	カレーライス,ほうれん草サラダ,なすのスープ,りんご	牛乳,ニラチヂミ
20	土	りんごジュース	ソース焼きそば,かぶときゅうりのさわやか漬,豆腐とねぎのスープ バナナ	牛乳,お菓子,ヨーグルト
22	月	りんごジュース	肉みそうどん,大根とツナの煮物,チーズ,バナナ	牛乳,コーンの混ぜご飯
23	火	麦茶,お菓子	若菜ご飯,鶏肉のごま味噌焼き,春雨サラダ,麩とわかめのすまし汁,オレンジ	牛乳,ホットケーキ
24	水	ジョア	ホットドッグ,コールスローサラダ,チキンスープ,ゼリー(もも)	牛乳,中華炊き込みおこわ
25	木	麦茶,お菓子	豚肉のしょうが焼き丼,切り干し大根のサラダ,豆腐みそ汁(あげ),りんご	牛乳,クリームチーズトースト
26	金	ヨーグルト	ミートスパゲティ,カリフラワーカレーサラダ キャベツとウインナーのスープ,いちご	牛乳,コーンフレークバナナ
27	土	りんごジュース	鮭チャーハン,じゃがいものそぼろあんかけ,白菜のスープ,バナナ	牛乳,お菓子,ゼリー(みかん)
30	火	麦茶,お菓子	ジャージャー麺,いんげんと鶏ささ身のごまあえ,かぶのスープ,バナナ	牛乳,さつまいも御飯

一日の平均摂取量		エネルギー	たんぱく質
幼児	3~5歳児	566kcal	21.6g
乳児	1~2歳児	517kcal	19.7g

進級おめでとうございます

4月の旬の食材は  
キャベツ・アスパラガス・たけのこ  
じゃがいも・ブロッコリー・オレンジ等  
です

\*発注の都合により、献立の内容を変更することがありますのでご了承ください。