



4がつ

ランチタイム



入園、進級おめでとうございます。

たくさんの新しいお友だちを迎えて、ドキドキワクワク♡うれしい新年度のスタートです。給食やおやつをいっぱい食べて、元気に楽しく毎日を過ごしてもらえればと思います。

今年度の給食室の職員は、井上、西村、渋谷、貞重です。子どもたちと一緒に、楽しみながらがんばっていきましょう、はりきっています。

お子さんの食事のことで悩み事などがありましたら、ご相談ください。お家の方と一緒に考えて、一緒に子どもたちの育ちを見守っていただけたらと思います。どうぞよろしくお願い致します。

※ 4月は、子どもたちの食べなれた人気メニューを中心に献立を立てています。

さやま保育園

2024. 4. 1

	曜日	献立名	体の血や肉を作る			3歳未満児 主食	午前 おやつ	3時 おやつ	3歳以上児 エネルギー タンパク質 食塩相当量
			赤の仲間	緑の仲間	黄色の仲間				
3 17	水	鶏の竜田揚げ 中華風サラダ 味噌汁 ハイン缶	鶏肉、ハム、いりこ 味噌、油揚げ	生姜、キャベツ、胡瓜 もやし、玉ねぎ、人参 ねぎ、ハイン缶	片栗粉、油、砂糖 ごま油	わかめご飯	牛乳 卵ボーロ	牛乳 クリームチーズ サンドイッチ	399 18.5 2.3
4 18	木	キャベツとベーコンオムレツ マカロニポテトサラダ あらめ煮 オレンジ	チーズ、ベーコン、卵 牛乳、ハム、ちくわ	キャベツ、胡瓜、人参 あらめ、オレンジ	マカロニ、じゃが芋 マヨネーズ、油 砂糖	白ご飯	牛乳 バナナ	牛乳 ツナ昆布 おにぎり	430 17.7 2.0
5	金	カレーライス タルタルサラダ チキンナゲット いちご	豚肉、スキム 魚肉ソーセージ、卵 チキンナゲット	玉ねぎ、人参、生姜 グリーンピース にんにく、キャベツ ブロッコリー、いちご	じゃが芋、油 マヨネーズ	白ご飯	りんごジュース ビスコ	牛乳 花祭りケーキ	467 18.1 1.9
19	金	♪ お誕生会 ♪ おにぎり キッズヤンニョムチキン チャーシューサラダ トマト入りコンソメスープ いちご	鶏肉、卵、焼き豚 ベーコン	にんにく、キャベツ 人参、玉ねぎ、トマト いちご	ごま油、片栗粉、油 ごま、砂糖	おにぎり	りんごジュース ビスコ	牛乳 ヨーグルト パフェ	390 17.4 2.1
8 22	月	ぶりのカレーソース 五目きんぴら ブロッコリーごま味噌和え バナナ	ぶり、平天、味噌	ごぼう、人参 ブロッコリー バナナ	砂糖、こんにゃく ごま油、ごま	ぶりがけご飯	牛乳 せんべい	牛乳 いちご 蒸しパン	435 18.5 1.3
9 23	火	グラタン キャベツのなめだけ和え 切干ナポリタン もも缶	鶏肉、えび、牛乳 スキム、ベーコン	コーン、マッシュルーム ほうれん草、玉ねぎ、人参 もやし、キャベツ なめだけ、もも缶	マカロニ マーガリン、小麦粉	ゆかりご飯	りんごジュース クッキー	牛乳 きな粉ラスク	398 15.8 1.5
10 24	水	鶏肉のはちみつ焼き そうめんサラダ 春野菜のスープ ハイン缶	鶏肉、ささみ ベーコン	もやし、胡瓜、人参 玉ねぎ、セロリ キャベツ、ハイン缶	はちみつ、そうめん ごま、ごま油、砂糖 じゃが芋	白ご飯	牛乳 オレンジ	牛乳 メロンパン風 トースト	407 17.1 2.3
11 25	木	魚のフライ 胡瓜とコーンのサラダ イタリアン入り豆腐 オレンジ	魚、卵、ハム、味噌 豆腐、ベーコン	胡瓜、コーン、人参 玉ねぎ グリーンピース オレンジ	小麦粉、パン粉 油、砂糖、ごま油 こんにゃく	わかめご飯	りんごジュース クラッカー	牛乳 フルーツ ヨーグルト	394 17.1 2.3
12 26	金	焼うどん 切干大根の甘酢和え ちくわのマヨネーズ焼き バナナ	豚肉、ちくわ	玉ねぎ、キャベツ、もやし 人参、ピーマン、青のり 切干大根、しおっぱ、胡瓜 枝豆、レモン、バナナ	うどん、油、ごま 砂糖、マヨネーズ	焼うどん	牛乳 チーズ	牛乳 レースン ソフトクッキー	433 15.8 2.4
15	月	親子煮 磯の香和え 青のりポテト ハイン缶	鶏肉、卵	玉ねぎ、人参 グリーンピース、のり ほうれん草、えのき 青のり、ハイン缶	砂糖、じゃが芋	白ご飯	牛乳 ビスケット	牛乳 おから クッキー	416 19.4 1.1
16 30	火	チリコンカン ひじきのナムル ゆで卵 オレンジ	豚ミンチ、大豆 ハム、卵	マッシュルーム、人参 玉ねぎ、にんにく ひじき、胡瓜 オレンジ	じゃが芋、砂糖 ごま油	白ご飯	牛乳 いちご	牛乳 豆乳もち	360 21.1 1.3