

2023年4月 予定献立表



認定こども園 両野こども園

日	曜	昼食献立名	1・2歳児 10時おやつ	3時おやつ	きいろ		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
4	火	米 麦茶 チーズ 広東風野菜炒め てりやきチキン	幼児野菜フルーツ やさしいばかうけ	植物性プリン マリービスケット	こめ、ごまあぶら、さとう、 かたくりこ	鶏もも肉、チーズ、なると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ、にんじ ん、まいだけ、しょうが
5	水	食パン ささみフライ 織キャベツ・アスパラ・とまと 青菜のスープ	牛乳 乾パン	ほうじ茶 手作りねぎせんべい	ぎょうざのかわ、あぶら、ハ ンコ、こむぎこ、こま	ささみ、たまご、チーズ、し らすぼし、かつおぶし	キャベツ、トマト、こまつな、アスパラガ ス、たまねぎ、あさつき
6	木	米 ほうじ茶 味付のり 油揚げの肉詰め かきなのおかか和え	幼児りんご ハードビスケット	牛乳 かし	こめ、さとう、スパゲティ	ぎゅうにゅう、ふたひきに く、あぶらあげ、かつおぶし	かきな、たまねぎ、にんじん、しいたけ、 あじつけのり、ひじき
7	金	三色丼 ブルー ブロッコリーの和風サラダ 幼児オレンジ	グレープゼリー	スキムミルク ロケットパン	こめ、あぶら、さとう	とりひきにく、たまご、だっ しふんにゅう	オレンジジュース、ブロッコリー、ブルー ン、きゅうり、にんじん、いんげん
8	土	ちゃんぽんうどん もやしとハムのサラダ	牛乳 サブレ	幼児りんご せんべい	うどん、あぶら、ごまあぶら	ふたにく、ハム	もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、 ねぎ、にら、たけのこ
10	月	食パン マカロニグラタン グリーンサラダ もち麦入りトマトスープ	麦茶 減塩ばりんこ	牛乳 じゃがバター	じゃがいも、マカロニ、もち むぎ、あぶら	ぎゅうにゅう、鶏もも肉、角 切り、チーズ、バター	たまねぎ、レタス、キャベツ、しめじ、 きゅうり、トマトピューレ、セロリ
11	火	わかめうどん ごぼうの天ぷら 千切り野菜のさんばいす	牧場ヨーグルト	幼児りんご ぼたぼたせんべい	うどん、こむぎこ、あぶら、 さとう	鶏もも肉小間切れ、たまご	りんごジュース、もやし、たまねぎ、ごぼ う、にんじん、きゅうり、ねぎ、わかめ、 しいたけ
12	水	米 カレー はるさめのあえもの ブッチンゼリー にゅうさんきん	ほうじ茶 クラッカー	コーンフレーク	こめ、じゃがいも、はるさ め、あぶら、さとう、ごまあ ぶら	ぎゅうにゅう、にゅうさんき んいんりょう、豚肉(もも)	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、 マッシュルーム、グリーンピース
13	木	米 さわらのなんぶやき こまつなののりあえ 春きゃべつのみそしる	幼児ぶどう アスパラビスケット	けんこうヨーグルト 芋けんぴ	こめ、ごま、ごまあぶら、さ とう	ヨーグルト、さわら、みそ	こまつな、キャベツ、きゅうり、にんじ ん、しめじ、刻みのり
14	金	黒パン ばぐがいんりょう スパゲティサラダ フランクフルトソテー	ほうじ茶 パリパリ野菜チップス	たっぷりフルーツゼリー ウエハース	スパゲティ、コッパン、あ ぶら	ぎゅうにゅう、ウインナー ソーセージ、ゼラチン	もも、レタス、みかん、パイナップル、 きゅうり、コーン、いちご、にんじん、た まねぎ
15	土	ハンズパン チキンナゲット きゃべつとツナサラダ もやしのスープ	幼児オレンジ ふがし	ゼリー せんべい	あぶら、マヨドレ	チキンナゲット、ツナかん	キャベツ、もやし、きゅうり、ねぎ、にん じん
17	月	食パン ホークビーンズ マリネサラダ ブロッコリースープ	麦茶 ココナツサブレ	グレープフルーツ カルシウムせんべい	じゃがいも、あぶら、さとう	だいず、豚肉(もも)、ハ ム、バター	グレープフルーツ、たまねぎ、レタス、に んじん、ブロッコリー、きゅうり、グリーン ピース
18	火	米 麦茶 チーズ 広東風野菜炒め てりやきチキン	幼児野菜フルーツ やさしいばかうけ	植物性プリン マリービスケット	こめ、ごまあぶら、さとう、 かたくりこ	鶏もも肉、チーズ、なると	キャベツ、たまねぎ、たけのこ、にんじ ん、まいだけ、しょうが
19	水	食パン ささみフライ 織キャベツ・えんどう・とまと 青菜のスープ	牛乳 乾パン	ほうじ茶 手作りねぎせんべい	ぎょうざのかわ、あぶら、ハ ンコ、こむぎこ、こま	ささみ、たまご、チーズ、し らすぼし、かつおぶし	キャベツ、トマト、スナップえんどう、こ まつな、たまねぎ、あさつき
20	木	三色丼 ブルー ブロッコリーの和風サラダ 幼児オレンジ	幼児りんご ハードビスケット	牛乳 かし	こめ、あぶら、さとう	とりひきにく、たまご、	オレンジジュース、ブロッコリー、ブルー ン、きゅうり、にんじん、いんげん
21	金	米 ほうじ茶 味付のり 豆腐の揚げ団子 かきなのおかか和え	グレープゼリー	スキムミルク ロケットパン	こめ、さとう、あぶら	ぎゅうにゅう、とりひきに く、とうふ、かつおぶし、ス キムミルク	かきな、ねぎ、しいたけ、あじつけのり、 ひじき
22	土	ちゃんぽんうどん もやしとハムのサラダ	牛乳 サブレ	幼児りんご せんべい	うどん、あぶら、ごまあぶら	ふたにく、ハム	もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、 ねぎ、にら、たけのこ
24	月	食パン マカロニグラタン グリーンサラダ もち麦入りトマトスープ	麦茶 減塩ばりんこ	牛乳 じゃがバター	じゃがいも、マカロニ、もち むぎ、あぶら	ぎゅうにゅう、鶏もも肉、 チーズ、バター	たまねぎ、レタス、キャベツ、しめじ、 きゅうり、トマトピューレ、セロリ
25	火	わかめうどん ごぼうの天ぷら 千切り野菜のさんばいす	牧場ヨーグルト	幼児りんご ぼたぼたせんべい	うどん、こむぎこ、あぶら、 さとう	鶏もも肉小間切れ、たまご	りんごジュース、もやし、たまねぎ、ごぼ う、にんじん、きゅうり、ねぎ、わかめ、 しいたけ
26	水	米 カレー はるさめのあえもの ブッチンゼリー にゅうさんきん	ほうじ茶 クラッカー	コーンフレーク	こめ、じゃがいも、はるさ め、あぶら、さとう、ごまあ ぶら	ぎゅうにゅう、にゅうさんき んいんりょう、豚肉(もも)	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、 マッシュルーム、グリーンピース
27	木	たけのこごはん さわらのなんぶやき こまつなののりあえ 春きゃべつのみそしる	幼児ぶどう アスパラビスケット	けんこうヨーグルト 芋けんぴ	こめ、ごま、さとう、ごまあ ぶら	ヨーグルト、さわら、あぶら あげ、みそ	たけのこ、こまつな、キャベツ、きゅう り、にんじん、しめじ、刻みのり
28	金	黒パン ばぐがいんりょう スパゲティサラダ フランクフルトソテー	ほうじ茶 パリパリ野菜チップス	幼児野菜フルーツ かしわもち	スパゲティ、コッパン、あ ぶら	牛乳、ウインナーソーセージ	レタス、きゅうり、コーン、にんじん、た まねぎ

*献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

*コドモンアプリでも献立が見られます。ぜひご活用ください。

<月平均栄養価>

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
3歳以上児	547kcal	21.5g	16.0g	1.6g
3歳未満児	500kcal	18.6g	14.7g	1.5g