

平成31年度 4月 献立表

エイビイシイ保育園

献立作成者：秋山

献立目標は「新しいクラスでの食事に慣れ、みんなと一緒に食事を楽しもう」です。

新年度が始まったばかりなので、子どもたちの食べなれたメニューや食べやすい食材を使用するようにしました。

日	曜日	ひ る	おやつ	よ る
1	月	玄米入りご飯 じゃが芋のみそ汁	さつま芋と小豆のパウンドケーキ	玄米入りご飯 豆腐のみそ汁
15		ぶりの葱マヨ照り焼き ほうれん草のソテー りんご	するめ	豚肉のしょうが焼き サニーレタスのさっぱり和え
2	火	玄米入りご飯 京菜のすまし汁	蒸しパン	玄米入りご飯 春大根のみそ汁
16		鶏肉のみそ煮 ブロッコリーの塩昆布和え	おしゃぶり昆布	カジキの香味揚げ 春キャベツのサラダ
3	水	玄米入りご飯 にらのみそ汁	玄米せんべい	玄米入りご飯 チンゲン菜のみそ汁
17		鱈の塩焼き 春大根のきんぴら		おから入りミートローフ ベビーリーフとチーズの和風マヨ和え デコポン
4	木	焼肉丼	牛乳もち	麦入りご飯 春野菜の具だくさんスープ
18		チンゲン菜のサラダ 生揚げのみそ汁 バナナ	するめ	鮭のムニエル さつま芋のレモン煮
5	金	玄米入りご飯 春キャベツのみそ汁	のりわかめせんべい	チキンライス
19		いわしの蒲焼き 京菜とツナのゆかり和え	いりこ	ラディッシュのサラダ ほうれん草のポタージュ
6	土	玄米入りご飯 わかめスープ	むらさき芋ボーロ	納豆ご飯 菜の花のみそ汁
20		生揚げとウインナーの炒め物 サニーレタスのゆずドレッシング	いりこ	カレーの梅ソース ひじきの煮物 清美オレンジ
8	月	玄米入りご飯 なめこのみそ汁	しらすおにぎり	春野菜と大豆のドライカレー
22		初かつおの揚げおろしがけ ラディッシュの甘酢和え	おしゃぶり昆布	海藻サラダ いちごジャムヨーグルト
9	火	たけのこご飯 ほうれん草のみそ汁	かぼちゃボーロ	玄米入りご飯 つぼみ菜のみそ汁
23		肉豆腐 春キャベツの浅漬け	するめ 23日：誕生会おやつ	あじの南蛮漬け 小松菜とささみのマヨサラダ
10	水	切り干し納豆ご飯 小松菜のみそ汁	はとむぎおこし	肉みそ丼
24		白身魚の磯辺焼き 山東菜のソテー		もずくの酢の物 えのきのみそ汁
11	木	玄米入りご飯 春野菜のコロコロスープ	にらのお好み焼き	玄米入りご飯 さつま芋のみそ汁
25		鶏肉のケチャップ炒め リーフレタスのコールスローサラダ	おしゃぶり昆布	鱈の和風香り焼き ビーフンとつぼみ菜の炒め物 りんご
12	金	鮭ご飯	マーマレードジャムケーキ	玄米入りご飯 高野豆腐のみそ汁
26		春野菜の五目豆煮 豚汁 はっさく	するめ	鶏肉の唐揚げ のらぼう菜とブロッコリーの和え物
13	土	マーボー豆腐丼	米粉クッキー	玄米入りご飯 じゃが芋のみそ汁
27		春雨サラダ 宮内菜の中華スープ		すずきのバーベキューソース 春大根と鶏肉の煮物 キウイフルーツ

	乳児		幼児	
今月の平均	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー
	29.1g	757kcal	37.1g	952kcal