

4月献立表(昼)

聖隷こども園めぐみ 2019年4月幼児食



☆ご入園・ご進級おめでとうございます☆



	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土
昼食	ご飯 鮭の塩焼き 五色きんぴら トマト 清汁(白菜・豆腐) パン お茶	ロールパン 鶏肉のガーリックパン粉焼き ドレッシングサラダ 粉ふき芋 押し麦入りスープ バナナ 牛乳	ご飯 タラの味噌煮 切干大根の煮物 すまし汁(そうめん・人参) メロン お茶	けんちんうどん ごぼうサラダ ぶどう豆 キウイ お茶	ご飯 カレイの照り焼き 小松菜のおかか和え みそ汁(南瓜・えのき) りんご お茶	ポークチャーハン さつまいものサラダ ゆで卵 レタススープ オレンジ 牛乳
おやつ	牛乳 せんべい、バナナ	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳 ふかし芋	豆乳 きなこのおはぎ	牛乳 あんパン	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	556	704	581	611	622	590
蛋白質(g)	21.7	29.5	20.6	26.2	20.4	19.9
脂質(g)	14.9	25.1	8.0	18.8	18.9	18.4
食塩相当量(g)	1.7	2.2	1.3	2.0	1.8	1.6

	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土
昼食	ご飯 豚肉のしょうが煮 ウインナーとキャベツのソテー みそ汁(豆腐・わかめ) メロン お茶	パン 鮭のフライ コールスローサラダ ミネストローネ パン 牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き ゆかり和え チーズ みそ汁(大根・油揚げ) オレンジ お茶	焼きそば さつまいもの甘煮 カラフルスティック 中華スープ(鶏肉・青菜) りんご お茶	ピースご飯 松風焼き ひじきの煮物 若竹汁 いちご お茶	ツナの和風スパゲティ かぼちゃと人参のグリル トマト 豆腐スープ フルーツヨーグルト お茶
おやつ	牛乳 りんごゼリー、ビスケット	お茶 五平餅	豆乳 いちごヨーグルト、じゃこ納豆	牛乳 きなこトースト	牛乳 じゃが芋のチーズお焼き	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	641	580	561	588	528	533
蛋白質(g)	24.3	22.5	29.0	21.0	23.1	19.1
脂質(g)	20.9	22.0	14.4	19.7	11.4	16.8
食塩相当量(g)	2.0	1.9	2.0	2.3	1.8	2.2

	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土
昼食	ゆかりご飯 中華風厚焼き卵 ほうれん草のごま和え みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	レーズンパン 魚のカレーチーズ焼き 夏みかんのサラダ シンデレラスープ いちご 牛乳	ご飯 新玉としらすのかき揚げ 納豆和え みそ汁(わかめ・白菜) バナナ お茶	しおラーメン れんこんとごぼうの炒め煮 ベイクレジャが パン 牛乳	ご飯 鶏肉のおろし煮 人参しりしり スナッペンどう みそ汁(白菜・えのき) メロン お茶	おにぎり(おかかチーズ) 鮭の照り焼き キャベツゆかり和え 具だくさん汁 キウイ お茶
おやつ	豆乳 ヨーグルト、ウエハース	お茶 マカロニきな粉	牛乳 メロンパン	お茶 ごはんピザ	豆乳 プリン、あられ	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	573	559	609	536	625	600
蛋白質(g)	22.2	20.8	18.1	19.3	21.6	25.8
脂質(g)	17.0	22.8	13.0	13.1	19.9	15.5
食塩相当量(g)	1.4	1.6	1.4	1.6	2.3	1.2

	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土
昼食	ご飯 ミートローフ ブロッコリー トマトのサラダ 大豆のスープ オレンジ お茶	ホットドッグ れんこんサラダ チーズ クリームコンスープ パン 牛乳	たけのご飯 さばの塩こうじ焼き 新じゃがと人参素揚げ みそ汁(青菜・かぶ) キウイ お茶	スパゲティミートソース 温野菜(かぼちゃ・ブロッコリー) 大根サラダ メロン お茶	チキンカレーライス ごぼうの唐揚げ ドレッシングサラダ フルーツポンチ お茶	パン2種 豆乳のシチュー ツナサラダ りんご 牛乳
おやつ	牛乳 ゆで卵	お茶 いなり寿司	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 フルーツサンド	牛乳 いちごゼリー、小魚	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	536	663	665	553	610	436
蛋白質(g)	27.4	22.3	21.8	25.6	15.2	17.9
脂質(g)	15.4	27.8	21.4	12.6	15.4	11.4
食塩相当量(g)	1.4	2.8	2.8	2.5	1.9	2.1

	29 月	30 火
昼食		退位の日
おやつ		
エネルギー(kcal)		
蛋白質(g)		
脂質(g)		
食塩相当量(g)		

4月は新しい環境での生活が始まります。そんな時期の給食は、季節感のある旬の食材を使用しながらも、食べ慣れたメニューを中心にしました。また、たけのこ、アスパラ、グリーンピース、にんじん、春きゃべつなどが甘くて美味しい時期です。食べる機会の少ないスナッペンどうは苦手な子もいますが、ほろ苦さの経験も楽しんでもらいたと思います。

さて、園の給食では、成長期の子どもたちが一日に必要な栄養量の乳児は50%(昼食・補食2回)、幼児は45%(昼食・補食1回)で提供しています。基準を満たした食事を提供していますが、個人差を考慮し、減らしたり、おかわりをしたりと無理なく食べられる量をお出ししています。今年度もご家庭と連携をとりながら、おいしい給食を提供して参りますのでご協力をお願い致します。



4月献立表(昼)

聖隷こども園めぐみ 2019年4月乳児食



☆ご入園・ご進級おめでとうございます☆



	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 お菓子
昼食	ご飯 鮭の塩焼き 五色きんぴら トマト 清汁(白菜・豆腐) パイナップル お茶	ロールパン 鶏肉のガーリックパン粉焼き ドレッシングサラダ 粉ふき芋 押し麦入りスープ バナナ 牛乳	ご飯 たら味噌煮 切干大根の煮物 すまし汁(そうめん・人参) メロン お茶	けんちんうどん ごぼうサラダ ぶどう豆 キウイ お茶	ご飯 カレーの照り焼き 小松菜のおかか和え みそ汁(南瓜・えのき) りんご お茶	ポークチャーハン さつま芋のサラダ ゆで卵 レタススープ オレンジ 牛乳
おやつ	牛乳 せんべい、バナナ	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳 ふかし芋	豆乳 きなこのおはぎ	牛乳 ☆あんパン/あん蒸しパン	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	482	579	445	510	519	515
蛋白質(g)	17.5	22.5	15.4	21.0	17.1	16.4
脂質(g)	12.6	19.9	7.9	16.0	15.9	19.4
食塩相当量(g)	1.4	1.8	1.1	1.6	1.5	1.4

	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土
朝 おやつ	お茶 あまからせんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 お菓子
昼食	ご飯 豚肉のしょうが煮 ウインナーとキャベツのソテー みそ汁(豆腐・わかめ) メロン お茶	パン 鮭のフライ コールスローサラダ ミネストローネ パイナップル 牛乳	ご飯 鶏肉の照り焼き ゆかり和え チーズ みそ汁(大根・油揚げ) オレンジ お茶	焼きそば さつま芋の甘煮 カラフルスティック 中華スープ(鶏肉・青菜) りんご お茶	ピースご飯 松風焼き ひじきの煮物 若竹汁 いちご お茶	ツナの和風スパゲティ かぼちゃと人参のグリル トマト 豆腐スープ フルーツヨーグルト お茶
おやつ	牛乳 りんごゼリー、ビスケット	お茶 五平餅	豆乳 いちごヨーグルト、じゃこ納豆	牛乳 きなこトースト	牛乳 じゃが芋のチーズお焼き	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	503	498	494	497	423	509
蛋白質(g)	19.2	18.7	24.5	17.3	18.8	19.6
脂質(g)	16.7	19.3	14.4	16.5	9.7	19.2
食塩相当量(g)	1.7	1.6	1.8	1.9	1.6	2.3

	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	お茶 お菓子
昼食	ゆかりご飯 中華風厚焼き卵 ほうれん草のごま和え みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	レーズンパン 魚のカレーチーズ焼き 夏みかんのサラダ シンデレラスープ いちご 牛乳	ご飯 新玉としらすのかき揚げ 納豆和え みそ汁(わかめ・白菜) バナナ お茶	しおラーメン れんこんとごぼうの炒め煮 ベイクドじゃが パイナップル 牛乳	ご飯 鶏肉のおろし煮 人参しりしり スナックえんどう みそ汁(白菜・えのき) メロン お茶	おにぎり(おかかチーズ) 鱈の照り焼き キャベツゆかり和え 具だくさん汁 キウイ お茶
おやつ	豆乳 ヨーグルト、ウエハース	お茶 マカロニきな粉	牛乳 ☆メロンパン/いちご蒸しパン	お茶 ごはんピザ	豆乳 プリン、あられ	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	489	469	501	467	531	546
蛋白質(g)	18.7	16.9	14.5	17.4	18.1	21.5
脂質(g)	16.4	18.3	11.5	11.2	18.0	15.0
食塩相当量(g)	1.3	1.3	1.2	1.4	1.9	1.1

	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 ソースせんべい	お茶 お菓子
昼食	ご飯 ミートローフ ブロッコリー トマトのサラダ 大豆のスープ オレンジ お茶	ホットドッグ れんこんサラダ チーズ クリームコンスープ パイナップル 牛乳	たけのご飯 さばの塩こうじ焼き 新じゃがと人参素揚げ みそ汁(青菜・かぶ) キウイ お茶	スパゲティミートソース 温野菜(かぼちゃ・ブロッコリー) 大根サラダ メロン お茶	チキンカレーライス ごぼうの唐揚げ ドレッシングサラダ フルーツポンチ お茶	パン2種 豆乳のシチュー ツナサラダ りんご 牛乳
おやつ	牛乳 ☆カステラ/おやつカステラ	お茶 いなり寿司	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 フルーツサンド	牛乳 いちごゼリー、小魚	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	512	551	530	482	488	410
蛋白質(g)	18.9	17.9	17.4	21.3	11.9	18.2
脂質(g)	16.6	23.2	17.7	11.8	13.4	17.0
食塩相当量(g)	1.1	2.3	2.3	2.1	1.6	2.2

	29 月	30 火
昼食		退位の日

4月は新しい環境での生活が始まります。そんな時期の給食は、季節感のある旬の食材を使用しながらも、食べ慣れたメニューを中心にしました。また、たけのこ、アスパラ、グリーンピース、にんじん、春きゃべつなどが甘くて美味しい時期です。食べる機会の少ないスナックえんどうは苦手な子もいますが、ほろ苦さの経験も楽しんでもらいたいと思います。

さて、園の給食では、成長期の子どもたちが一日に必要な栄養量の乳児は50%(昼食・補食2回)、幼児は45%(昼食・補食1回)で提供しています。基準を満たした食事を提供していますが、個人差を考慮し、減らしたり、おかわりをしたりと無理なく食べられる量をお出ししています。今年度もご家庭と連携をとりながら、おいしい給食を提供して参りますのでご協力をお願い致します。



15時おやつについて

- ☆印のついておやつ …とんぼ
- ／以降のおやつ …ほたる、めだか

成長に合わせておやつを変更しています。

4月献立表(昼)

聖隷こども園めぐみ 2019年4月離乳食



☆ご入園・ご進級おめでとうございます☆




	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 お菓子
昼食	お粥 鮭の塩焼き 五色きんぴら(離乳) トマト 清汁(白菜・豆腐) りんご お茶	食パン チキンバーグ レタスと野菜煮 粉ふき芋 押し麦入りスープ バナナ 牛乳	お粥 タラの味噌煮 切干大根の煮物(離乳) すまし汁(そうめん・人参) りんご バナナ お茶	けんちんうどん ごぼうサラダ(離乳) ぶどう豆 バナナ お茶	お粥 カレイの照り煮 小松菜の白和え みそ汁(南瓜・えのき) りんご お茶	五目粥 さつま芋の甘煮 ゆで卵 レタススープ バナナ 牛乳
おやつ	牛乳 せんべい、バナナ	お茶 たまごボーロ	牛乳 ふかし芋	お茶 きなこ粥	牛乳 あん蒸しパン	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	330	374	293	251	336	354
蛋白質(g)	12.6	15.1	10.6	9.5	11.2	12.7
脂質(g)	8.0	9.0	4.0	4.5	9.7	9.4
食塩相当量(g)	1.2	1.3	0.9	0.8	1.3	0.8

	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土
朝 おやつ	お茶 せんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 お菓子
昼食	お粥 肉だんごのしょうが煮 キャベツの煮浸し みそ汁(豆腐・わかめ) バナナ お茶	食パン 鮭の煮付け キャベツの煮浸し ミネストローネ りんご 牛乳	お粥 鶏つくねの照り煮 きゅうりと人参の煮物 チーズ みそ汁(大根・ねぎ) バナナ お茶	煮うどん さつま芋の甘煮 カラフルスティック(離乳) 中華煮 りんご お茶	ピース粥 松風焼き ひじきの煮物 若竹汁 いちご お茶	ツナの和風スパゲティー(離乳) かぼちゃと人参の甘煮 トマト 豆腐スープ フルーツヨーグルト お茶
おやつ	牛乳 りんごゼリー、ビスケット	お茶 五平餅風	お茶 離乳ヨーグルト、ぼうろ	牛乳 きなこトースト	牛乳 じゃが芋のチーズお焼き	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	292	298	287	363	304	342
蛋白質(g)	12.2	12.0	12.6	16.5	13.0	13.9
脂質(g)	6.1	8.9	8.9	7.8	7.3	6.1
食塩相当量(g)	1.1	1.4	1.4	1.8	1.3	2.0

	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	お茶 お菓子
昼食	ゆかり粥 中華風スクランブルエッグ ほうれん草の煮浸し みそ汁(玉葱・えのき) りんご お茶	食パン カレイのチーズ煮 きゅうりのサラダ(離乳) シンデレラスープ いちご 牛乳	お粥 野菜入りさつま芋茶巾 納豆和え みそ汁(わかめ・白菜) バナナ お茶	にゅうめん(塩) ごぼう煮 粉ふき芋 りんご 牛乳	お粥 鶏肉だんごのおろし煮 人参しりしり(離乳) スナックえんどう みそ汁(白菜・えのき) バナナ お茶	お粥 白身魚の磯煮 キャベツ煮浸し 具だくさん汁 りんご お茶
おやつ	お茶 ヨーグルト、ウエハース	お茶 マカロニきな粉	牛乳 いちご蒸しパン	お茶 野菜粥	お茶 プリン、ぼうろ	牛乳 お菓子
エネルギー(kcal)	316	381	389	365	260	292
蛋白質(g)	14.4	14.8	12.8	13.7	11.6	12.9
脂質(g)	12.3	13.7	10.1	5.6	4.2	7.7
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.3	0.9	1.5	0.8

	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 せんべい	お茶 お菓子
昼食	お粥 ミートローフ ブロッコリー トマトのチーズ和え 大豆のスープ バナナ お茶	食パン 根菜とそぼろ煮 チーズ クリームコンスープ りんご 牛乳	たけのこ粥 タラの煮つけ 新じゃがと人参煮物 みそ汁(青菜・かぶ) りんご お茶	スパゲティミートソース 温野菜(かぼちゃ・ブロッコリー) 大根煮 バナナ お茶	野菜あんかけ粥 ごぼう煮 煮浸し フルーツポンチ お茶	食パン 豆乳のシチュー 野菜サラダ(離乳) りんご 牛乳
おやつ	牛乳 おやつカステラ	お茶 いなり粥	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 いちごゼリー	お茶 お菓子
エネルギー(kcal)	362	362	319	396	270	338
蛋白質(g)	13.3	15.8	12.7	15.5	9.4	11.6
脂質(g)	13.2	11.7	5.4	8.3	4.4	8.4
食塩相当量(g)	0.9	1.4	2.2	1.8	0.7	1.5

	29 月	30 火
昼食		退位の日
おやつ		
エネルギー(kcal)		
蛋白質(g)		
脂質(g)		
食塩相当量(g)		

4月は新しい環境での生活が始まります。そんな時期の給食は、季節感のある旬の食材を使用しながらも、食べ慣れたメニューを中心にしました。また、たけのこ、アスパラ、グリーンピース、にんじん、春きゃべつなどが甘くて美味しい時期です。食べる機会の少ないスナックえんどうは苦手な子もいますが、ほろ苦さの経験も楽しんでもらいたと思います。

さて、園の給食では、成長期の子どもたちが一日に必要な栄養量の乳児は50%(昼食・補食2回)、幼児は45%(昼食・補食1回)で提供しています。基準を満たした食事を提供していますが、個人差を考慮し、減らしたり、おかわりをしたりと無理なく食べられる量をお出ししています。今年度もご家庭と連携をとりながら、おいしい給食を提供して参りますのでご協力をお願い致します。

