



4月献立予定表

2019.4 聖隷こども園こうのとり豊田

日付 曜日	行事	献立名	おやつ		幼児		乳児	
			乳児10時	乳幼児3時	エネルギー	脂質	エネルギー	脂質
					たんぱく質	塩分	たんぱく質	塩分
1	入園式・進級式	ごはん 鶏肉の照焼き 南瓜の甘煮 ミントマト みそ汁(キャベツ・えのき) いちご お茶	お茶 クラッカー	牛乳 バナナ・せんべい	559 20.2	11.4 1.5	480 16.8	11.9 1.4
2	花火	ぶどうパン 豆腐ナゲット じゃが芋とブロッコリーのサラダ コンスープ オレンジ	お茶 チーズ	お茶 おにぎり	571 20.1	15.7 2.1	474 18.7	16.2 1.9
3	水	ごはん 魚のみそ焼き 人参しりしり スティックきゅうり すまし汁(わかめ・青菜) りんご お茶	お茶 せんべい	牛乳 2色団子	585 23.5	12.7 2.7	468 18.8	10.3 2.3
4	木	うどん ぶどう豆 パインサラダ バナナ お茶	お茶 ビスケット	牛乳 きなこラスク	701 26.5	13.8 3.1	603 22.1	14.2 2.4
5	金	ピーズごはん 焼き魚 ごま和え 人参の甘煮 みそ汁(豆腐・大根) メロン お茶	お茶 バナナ	牛乳 ゼリー・ビスケット	604 23.6	10.7 1.6	501 18.7	8.4 1.3
6	土	チャーハン わかめスープ 粉ふき芋 フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	428 11.0	6.1 1.9	342 8.8	5.9 2.2
8	月	ごはん 煮魚 ウィナーとキャベツのソテー みそ汁(南瓜・油あげ) バナナ お茶	豆乳 クラッカー	牛乳 メロンパン	718 27.0	22.4 2.7	592 23.1	21.2 2.2
9	火	豆乳パン ツナ入り照焼き スパゲッティーサラダ カレースープ オレンジ	お茶 ビスケット	豆乳 ふかし芋	629 21.9	24.2 1.9	498 17.2	20.7 1.5
10	水	ごはん チキンカツ 切干大根の煮物 スナッペン みそ汁(玉ねぎ・青菜) りんご お茶	お茶 チーズ	牛乳 いちご味の蒸しパン	629 23.7	12.1 1.3	525 21.8	13.5 1.5
11	木	焼きそば さつま芋の甘煮 スティック野菜のおかか味 中華スープ メロン お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 ごまおはぎ	617 17.7	15.9 1.9	537 17.2	15.0 1.8
12	金	たけのこごはん 松風焼き ひじきの煮付け ミントマト みそ汁(白菜・えのき) いちご お茶	お茶 バナナ	牛乳 ヨーグルト・ウエハース	571 23.7	13.0 2.3	536 22.1	13.9 1.9
13	土	パン2種 ポトフ フルーツ ヨーグルト	お茶 お菓子	お茶 お菓子	583 20.1	16.2 2.3	515 17.5	14.4 1.9
15	月	ごはん ミートローフ 三色きんぴら みそ汁(大根・油あげ) バナナ お茶	お茶 クラッカー	豆乳 マカロニきなこ	610 23.0	16.7 1.4	546 21.5	17.9 1.2
16	火	ホットドック 蒸し野菜(みそマヨソース) 人参の豆乳スープ りんご	お茶 バナナ	お茶 のりまき	601 17.9	21.5 2.1	463 13.1	15.4 1.3
17	水	ごはん 魚の照焼き 春野菜の煮物 みそ汁(青菜・玉ねぎ) オレンジ お茶	お茶 せんべい	牛乳 ヨーグルトケーキ	574 23.1	13.2 2.0	458 18.4	10.6 1.7
18	木	ごぎょううどん すのめ 酢の物 金時煮豆 いちご お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 ミルクラスク	523 25.3	9.0 1.5	443 22.1	9.3 1.2
19	金	ごはん 魚のみそ煮 新じゃがと人参の薬揚げ 空豆 すまし汁(豆腐・たけのこ) メロン お茶	お茶 チーズ	豆乳 フランクフルト	614 24.7	23.6 2.5	481 21.5	19.9 2.5
20	土	おにぎり 豚汁 青菜とコーンのソテー フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	481 16.0	7.8 1.6	408 13.1	7.1 1.3
22	月	イースター礼拝 ごはん 豚肉の生姜煮 ゆかり和え みそ汁(大根・豆腐) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 ゆで卵	540 26.2	17.6 1.4	435 22.2	16.4 1.5
23	火	食パン 魚のコーンマヨネーズ焼き トマトの春雨サラダ じゃが芋とキャベツのスープ メロン	お茶 バナナ	豆乳 五平餅	646 27.0	18.0 2.5	515 20.8	13.9 1.8
24	水	ごはん 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	お茶 せんべい	豆乳 チーズトースト	584 19.5	13.8 1.7	496 17.4	13.3 1.3
25	木	スパゲッティーナポリタン 南瓜サラダ チーズ りんご	お茶 ヨーグルト	牛乳 いちごパイ	705 24.3	29.5 2.0	619 23.2	26.4 1.7
26	金	カレーライス フルーツポンチ 牛乳	お茶 ウエハース	豆乳 こぎかな小魚・せんべい	614 20.8	18.7 1.6	498 17.2	16.5 1.3
27	土	焼きうどん すまし汁(豆腐・青菜) フルーツ ヨーグルト お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	512 20.7	10.6 3.1	448 17.4	9.7 2.5
28	月	振替休日						
30	火	国民の日						

*仕入れ等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆ご入園・ご進級おめでとうございます☆ 今年度も愛情いっぱいの食事を作ります。よろしくお願ひ致します。

4月は入園や進級と新しい環境での生活が始まり、子どもたちにとっては気分的に落ち着かない時です。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“いつものメニュー”を中心にしました。みんなが笑顔で食べられるといいですね。また、たけのこ、アスパラ、グリーンピース、にんじん、春きゃべつなどが美味しい時期ですね。食べる機会の少ないスナッペンどうやふきは苦手な子もいますが、ほろ苦さの経験も楽しんでもらえたらと思います。

さて、こども園の給食では、成長期の子どもたちが一日に必要な栄養素量の乳児は50%、幼児は45%を、乳児は昼食と捕食2回、幼児は昼食と捕食1回で提供しています。

日本人の食事摂取基準を満たした食事を提供していますが、個人差を考慮して減らしたり、おかわりをしたりと子どもが無理なく食べることが出来る量でそれぞれの必要量を摂取しています。

子どもたちは、バランスの良い食事を食べる経験を積み重ねて学習し、健康な食習慣と正しい味覚を獲得していくのです。

今年度もご家庭と連携をとりながら提供して参りますのでご協力をお願い致します。