



4月献立予定表

※「かみかみメニューには をつけてあります」

2022.4 聖隷こども園こうのとりのり豊田

ひづけ 日付	ようび 曜日	ぎょうじ 行事	こんだてめい 献立名	おやつ		幼児		乳児			
				乳児10時	乳幼児3時	エネルギー たんぱく質g	脂質 g	エネルギー たんぱく質g	脂質 g		
1	きん 金	にゅうえんしんきんきゅうしき 入園式・進級式	ごはん 魚の照焼き みそ汁(南瓜・玉ねぎ)	きりぼしだいこんのもの 切干大根の煮物 いちご お茶	トマト	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	619	15.6	505	15.1
2	ど 土		さけとわかめごはん フルーツ お茶	けんちん汁 ゼリー		お茶 お菓子	お茶 お菓子	454	6.0	373	5.4
4	げつ 月		ごはん 魚の味噌煮 すまし汁(豆腐・青菜)	きやべつ キャベツの塩昆布和え パイン お茶	トマト	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	524	14.0	474	15.5
5	か 火		ホットドック コーンスープ	ポテトサラダ りんご	スナップエンドウ ぎゅうにゅう 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	545	19.2	471	17.9
6	すい 水		ごはん みそ汁(玉ねぎ・キャベツ)	ガーリックチキン オレンジ お茶	ほうれん草のごま和え	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	529	11.7	493	12.9
7	もく 木		しよラーメン いちご お茶	さつま芋チップス お茶	ブロッコリー	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	466	14.2	396	13.5
8	きん 金		ピースごはん みそ汁(大根・油あげ)	にざかな 煮魚 バナナ お茶	はるさめ 春雨の酢のもの	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	581	12.4	475	11.7
9	ど 土		マーボー丼 フルーツ	すまし汁(大根・青菜) お茶		お茶 お菓子	お茶 お菓子	440	9.7	351	8.4
11	げつ 月		ゆかりごはん みそ汁(青菜・玉ねぎ)	さかなしおこし 魚の塩焼き バナナ お茶	きんぴら	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	518	10.7	401	8.5
12	か 火		ぶどうパン かぼちゃ 南瓜のスープ	豆腐ナゲット りんご	蒸し野菜(オーロラソース) ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	とうにゅう 豆乳	662	24.0	541	19.5
13	すい 水		ハヤシライス フルーツポンチ	キャベツのサラダ 飲むヨーグルト	トマト	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	708	23.8	607	22.3
14	もく 木		こぎつねうどん メロン お茶	きんときまめ 金時煮豆 スティックきゅうり		お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	508	10.0	439	10.0
15	きん 金		ごはん みそ汁(キャベツ・わかめ)	さかな 魚のみそマヨ焼き オレンジ お茶	はるやさい 春野菜の煮物 空豆	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	526	15.2	419	14.1
16	ど 土	こんだんかい 懇談会	ケチャップライス フルーツ	コンソメスープ お茶	さつま芋の甘煮	お茶 お菓子	お茶 お菓子	461	7.1	370	6.4
18	げつ 月	いーすたー イースター礼拝	ごはん みそ汁(大根・わかめ)	カラフルハンバーグ バナナ お茶	あ アスパラのツナ和え ゆで卵	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	648	26.0	513	22.1
19	か 火		しよパン じゃが芋のスープ	さかな 魚のバジルパン粉焼き オレンジ	こ パイナップル パイナップルサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	とうにゅう 豆乳	593	21.1	497	19.1
20	すい 水		ごはん みそ汁(わかめ・白菜)	しんたま 新玉とさつま芋のかき揚げ パイン お茶	あ 納豆和え	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	561	16.6	506	16.6
21	もく 木		スパゲティナーポリタン メロン	かぼちゃ 南瓜サラダ 豆乳	チーズ	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	672	26.2	534	21.9
22	きん 金		たけのこごはん みそ汁(キャベツ・えのき)	まつかぜ 松風焼き りんご お茶	さんしよく 三色ナムル	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	598	14.2	550	14.8
23	ど 土		や 焼きうどん フルーツ	すまし汁(豆腐・青菜) お茶		お茶 お菓子	お茶 お菓子	414	8.9	358	7.9
25	げつ 月		ごはん みそ汁(キャベツ・油あげ)	とりく 鶏肉の照焼き バナナ お茶	いも じゃが芋と人参のり塩スティック	お茶	ぎゅうにゅう 牛乳	603	18.5	477	16.3
26	か 火		とうにゅう 豆乳パン チキンスープ	ツナ入り卵焼き キウイ	スパゲティナーサラダ ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	とうにゅう 豆乳	640	23.8	507	19.9
27	すい 水		ごはん すまし汁(豆腐・わかめ)	や 焼き魚 メロン お茶	にく 肉じゃが	とうにゅう 豆乳	ぎゅうにゅう 牛乳	637	17.5	516	16.0
28	もく 木		もりおか 盛岡のじゃじゃ麺 オレンジ お茶	めん ドレッシングサラダ	トマト	ぎゅうにゅう 牛乳	お茶	505	14.9	508	15.7
29	きん 金	しよわ 昭和の日									
30	ど 土	とくべつ 特別保育	パン2種 フルーツ	ポトフ ゼリー	とうにゅう 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	465	9.7	418	8.9

※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。

★今月の絵本献立のご紹介です★

『そらまめくんのぼくのいちにち』(小学館)



春色のカラーで描かれている人気の「そらまめくん」シリーズです。そらまめくんが、えだまめくんやグリーンピースのきょうだい、さやえんどうさんなどの仲間と一緒に楽しく過ごすいちにちが描かれています。絵本にほっこりと癒されますが、空豆は苦手な子も多く「くさーい」「にがーい」と五感を働かせて食材を学んでいるようです。

グリーンピースごはんやスナップエンドウも楽しみたいと思います。



★郷土料理で全国制覇★

今年度の新しい試みとして、各県の郷土料理やご当地メニューを毎月の献立でご紹介していこうと思っています。コロナ禍で旅行や外食がままならない状況ですが、食事に日本一周をしたいと思っています。幼児クラスでは日本地図を用いて楽しみたいと企画中です。最初の献立は「岩手県盛岡地方の郷土料理 じゃじゃ麺」となりました。うどんの麺に肉みそや千切りきゅうりが盛り付けてあり、よく混ぜて麺に絡ませて食べるのがコツのようです。好評でしたら「きゅうしょくだより」でレシピをお知らせします。