



4月献立表



※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2023.4 聖隷こども園こうのとり豊田

ひつけ 日付	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kcal	脂質 g	エネルギーkcal	脂質 g		
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g		
1	ど土		さけとわかめの混ぜご飯 フルーツ	けんちん汁 ゼリー	お茶 お菓子	お茶 お菓子	461	6.3	379	5.6	
3	げつ 月	にゅうえんしき 入園式 しんきゅうしき 進級式	ごはん すまし汁(豆腐・青菜)	さかなみそに 魚の味噌煮 パイン	★キャベツのゆかり和え お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニきなこ	514	13.9	466	15.4
4	か火		ホットドック コーンスープ	ポテトサラダ オレンジ	★スナッペンどろ 牛乳	お茶 おにぎり	532	19.2	456	17.6	
5	すい 水		ごはん みそ汁(玉ねぎ・キャベツ)	とりにくてりや 鶏肉の照焼き りんご	きりぼしだいこん 切干大根の煮物 お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ★米粉のさつま芋みそ蒸しパン	587	16.4	538	16.4
6	もく 木		しおラーメン ★いちご	◎さつま芋チップス お茶	ブロッコリー	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 あんぱん	452	12.7	385	12.3
7	きん 金		ピースごはん みそ汁(南瓜・油あげ)	まつかぜや 松風焼き バナナ	はるさめす 春雨の酢の物 お茶	お茶 チーズ	お茶 ヨーグルト・せんべい	567	10.3	465	10.3
8	ど土		マーボー丼 フルーツ	すまし汁(大根・青菜) 豆乳		お茶 お菓子	お茶 お菓子	514	13.8	416	12.1
10	げつ 月	れいはい 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	★アスパラの和えもの お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 プリン	595	21.7	504	19.1
11	か火		ぶどうパン 南瓜のスープ	★魚のバジル焼き りんご	スパゲッティーサラダ 牛乳	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 きなこおはぎ	693	23.1	558	18.6
12	すい 水		ごはん ごもくしる	にくじゃが 肉じゃが オレンジ	ブロッコリー トマト お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 いちごジャムパイ	572	19.3	511	18.9
13	もく 木		こぎつねうどん メロン	きんときまめ 金時煮豆 お茶	◎スティックきゅうり	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 じゃこラスク	498	12.1	415	10.9
14	きん 金		ごはん みそ汁(大根・油あげ)	★ガーリックチキン キウイ	じゃが芋と人参のり塩味 お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎小魚・ビスケット	511	14.4	406	13.2
15	ど土	ほごしゃかいそうかい 保護者会総会 こんだんかい 懇談会	パン2種 フルーツ	ポトフ ゼリー	豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	471	9.7	423	8.9
17	げつ 月		★ハヤシライス バナナ	ドレッシングサラダ 飲むヨーグルト	トマト	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ★ココアの豆乳寒天	706	22.5	549	19.9
18	か火		しょくパン じゃが芋のスープ	焼いたチキン豆腐ナゲット オレンジ	パインサラダ 牛乳	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはんピザ	638	26.1	568	23.5
19	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	なつとうあ 納豆和え お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎カレー味のクラッカー	567	15.2	513	15.8
20	もく 木		ナポリタン メロン	かぼちゃ 南瓜サラダ 豆乳	チーズ	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 やいも 焼き芋	660	26.1	562	22.3
21	きん 金		★ゆかりごはん すまし汁(青菜・豆腐)	さかな 魚のみそマヨ焼き りんご	★春野菜の煮物 お茶	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう 牛乳 いちごポイップサンド	616	17.7	462	14.4
22	ど土		や 焼きうどん フルーツ	みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) 豆乳		お茶 お菓子	お茶 お菓子	488	11.7	424	10.5
24	げつ 月		ごはん みそ汁(大根・わかめ)	さかなしおこうじや 魚の塩麹焼き オレンジ	◎きんぴら お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう 牛乳 ゼリー・せんべい	494	7.1	406	7.7
25	か火		ぎゅうにゅう 豆乳パン 春のチキンスープ	パーベキューソース焼き キウイ	むやさい 蒸し野菜 牛乳	お茶 バナナ	ぎゅうにゅう 牛乳 ごへいもち 五平餅	594	16.6	484	14.1
26	すい 水		たけのごはん みそ汁(青菜・えのき)	ひにく ひき肉のもち米蒸し りんご	しおこんぶあ 塩昆布和え お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 ビスケット	ぎゅうにゅう 牛乳 ◎オートミールクッキー	617	19.3	563	19.8
27	もく 木		ながさき 長崎ちゃんぽん メロン	だいがいも 大学芋 お茶	トマト	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう 牛乳 バナナ・クラッカー	571	17.5	489	15.8
28	きん 金		ごはん みそ汁(白菜・油あげ)	さかななつとう 魚と納豆のふわふわ焼き バナナ	あおな 青菜のごま和え お茶	ぎゅうにゅう 牛乳 せんべい	ぎゅうにゅう 牛乳 あお 青のリラスク	616	17.6	514	14.0
29	ど土	しょうわ 昭和の日									

※0・1歳児の食材確認表に記載していない食材には、★印をつけてあります。

※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。よろしく願い致します。

★今月の絵本献立の紹介します★

『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一日が描かれています。絵本にほっこりと癒されますが、空豆やグリーンピースは独特な香りもあり苦手な子どもも多く、「くさーい」「にがーい」と言いながら五感を働かせて食材を学んでいるようです。豆の種類、大きさ、形、味の違いを絵本と共に楽しみながら体験できたら嬉しいです。

★お料理で全国制覇★

昨年度から始めた企画「各県の郷土料理やご当地メニューの紹介」が大好評につき今年度も実施することになりました。47都道府県に少しずつ近づき、日本一周できたらと思っています。今月の献立は長崎県のソルフード「ちゃんぽん」にしました。「ちゃんぽん」とは「混ぜる」という意味があるようです。こってりとしたイメージですが、子どもたちが食べやすいように豚骨スープの醤油味でいただきます。また、長崎県には「ハタ揚げ大会」という浜松祭りの「風合戦」と似たような行事がこの時期に行われているようです。