

R6年度 4月 こんだて表

天昌寺保育園

	月	火	水	木	金	土		
	1	2	3	4	5	6 入園進級式		
	牛乳・ごはん ホッケの塩焼き すき昆布の煮物 ゆかり和え キャベツときのこの味噌汁 クッキー 果物・牛乳	牛乳・パン ハンバーグ 粉ふきいも 春雨サラダ 根菜スープ アメリカンドッグ 果物・牛乳	牛乳・ごはん 親子煮 かき揚げ 甘酢和え 白菜と麩の味噌汁 マヨコーントースト 果物・牛乳	牛乳・パン タンドリーチキン ナポリタン ごぼうサラダ 野菜スープ さつま芋蒸しパン 果物・牛乳	牛乳・ごはん ちくわの磯部揚げ 根菜煮 なめたけ和え 玉葱とわかめの味噌汁 どら焼き 果物・牛乳			
	358/19.4/16.2/1.7	468/20.6/20.0/2.1	429/17.4/23.1/2.5	441/20.4/19.1/2.1	380/16.7/14.0/2.6			
	434/19.1/15.1/1.4	449/19.8/18.9/1.9	490/17.3/20.7/2.1	425/19.3/17.9/1.9	447/16.9/13.3/2.0			
7	8	9	10	11 た・はらぺこ会	12		13	
	牛乳・ごはん 華風卵焼き 南瓜の天ぷら 梅和え 豆腐となめこの味噌汁 バナナケーキ 果物・牛乳	牛乳・パン チーズつくね焼き 野菜炒め スパゲティサラダ 卵スープ 炊き込みご飯 果物・牛乳	牛乳・ごはん 鯖の味噌煮 パインきんとん 白菜と桜エビの和えもの キャベツと人参の味噌汁 ミルクサンド 果物・牛乳	牛乳・パン 鶏肉のトマトソース煮 マカロニソテー バンバンジー 野菜スープ おにぎり 果物・牛乳	牛乳・ごはん ぎせい豆腐 南瓜のそぼろあん 春雨中華和え 玉葱と油揚げの味噌汁 チーズ蒸しパン 果物・牛乳	(きのこごはん) けんちん汁 果物 (おにぎりの日) ドーナツ 果物・牛乳		
	477/21.2/23.6/1.3	478/23.4/18.9/2.7	420/22.2/13.2/2.2	467/16.0/14.7/1.2	492/23.8/19.1/2.4	440/20.0/197/1.0		
	527/20.4/20.9/1.1	458/21.7/18.2/2.4	516/23.1/14.9/1.9	448/23.7/14.5/1.4	538/22.6/17.5/1.9	509/22.3/21.2/1.0		
14	15	16	17 誕生会	18	19 に・はらぺこ会	20		
	牛乳・ごはん レバーの甘辛煮 厚揚げ炒め 磯部和え 白菜ときのこの味噌汁 ごまマフィン 果物・牛乳	牛乳・パン グラタン ポークビーンズ コールスローサラダ わかめスープ ラーメン 果物	牛乳 ハヤシライス 鶏の唐揚げ ブロッコリーサラダ ベーコンスープ ゼリー 麩のラスク 果物・牛乳	牛乳・パン ハムのピカタ ポトフ ナムル 豆腐スープ がんづき 果物・牛乳	牛乳・ごはん 鶏のさっぱり煮 卵の花炒り煮 五目和え じゃがいもと油揚げの味噌汁 ワンタンチップス 果物・牛乳	(チャーハン) 肉団子スープ 果物 (おにぎりの日) チーズサンド 果物・牛乳		
	454/21.8/22.0/2.2	544/23.7/23.2/2.8	650/26.5/25.3/2.7	420/22.8/18.4/2.8	460/20.8/21.7/2.8	505/22.0/17.8/1.6		
	506/21.0/19.6/1.8	510/21.4/21.6/2.6	545/22.5/21.6/2.3	406/21.4/17.6/2.5	512/20.4/19.6/2.3	428/18.8/15.7/1.4		
21	22	23	24	25	26 花まつり	27		
	牛乳・ごはん マーボー豆腐 筑前煮 胡麻和え キャベツとふのりの味噌汁 ピザトースト 果物・牛乳	牛乳・パン 酢豚風煮 炒めうどん わかめのツナ和え 卵スープ クッパ 果物	牛乳・ごはん ひりょうず すき昆布の煮物 もやし和え 大根と人参の味噌汁 お好みマカロニ 果物・牛乳	牛乳・パン 卵焼き 焼きそば さつま芋サラダ きのこスープ ココアケーキ 果物・牛乳	牛乳 (鮭わかめごはん) 豚汁 果物 (おにぎりの日) こっぺぱん 果物・牛乳	(ピラフ) チャウダー 果物 (おにぎりの日) クッキー 果物・牛乳		
	421/22.8/167/2.9	370/17.8/15.0/2.4	342/17.4/18.5/2.4	533/22.3/25.6/1.8	439/15.1/21.6/1.0	421/15.1/19.4/0.4		
	484/21.8/15.4/2.2	406/19.2/17.3/2.2	419/17.8/16.8/1.8	448/19.1/21.8/1.4	471/16.8/20.2/1.0	489/17.3/18.4/0.8		
28	29 昭和の日	30	4月の予定 ◎17日…誕生会 完全給食です。以上児さんの主食はいりません。 ◎11日…たまねぎ組はらぺこ会 ◎19日…にんじん組はらぺこ会 ※はらぺこ会はお知らせ文章の内容をご確認ください。		1児午前牛乳・主食 おかず 汁物 午後のおやつ 以上児栄養価 未満児栄養価		保育園の目標栄養価 (左から) エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	
	牛乳・ごはん 煮魚 切り干し大根の煮物 かりぼり 白菜と玉葱の味噌汁 ヨーグルトケーキ 果物・牛乳	37/20.3/15.6/2.2						448/20.0/14.7/1.9
								

★都合により献立を変更することがあります。