

# 4がつのこんだてひょう

## みんなのとっぽこども園

曜日	日付	午前おやつ	きゅうしょく	おやつ
火	1 14	しろせんべい 豆乳	けんちんうどん さつま芋・竹輪の天ぷら 清見オレンジ	わかめご飯 麦茶
水	2	ビスケット 麦茶	三食丼(鮭・そばろ・豆腐) 味噌ポテト 白菜と春雨スープ バナナ	チーズシュガースティック 豆乳
木	3 17	ビスコ 豆乳	パン マカロニポテトグラタン フルーツサラダ もやしのスープ ヨーグルト	わんぱくごはん 麦茶
金	4	クラッカー 豆乳	ごはん 手作り春巻き もやしのナムル 豆腐とネギのスープ 清見オレンジ	カップ蒸しパン 麦茶
土	5	白せんべい 麦茶	カレーうどん キャベツの塩昆布和え ぶどうゼリー	シュガーチーズパン 豆乳
月	7 21	白せんべい 麦茶	ごはん ハンバーグ さっぱりマカロニサラダ チンゲン菜のスープ いちご	リッツクチーズクリーム添え 豆乳
火	8 22	ビスコ 豆乳	ごはん 鮭の塩こうじ焼き 肉じゃが 豆腐とわかめの味噌汁 清見オレンジ	メイプルフレンチトースト 麦茶
水	9 30	クラッカー 豆乳	炊き込みご飯 かき揚げ わかめときゅうりの酢の物 もやしの清汁 バナナ	マカロニきな粉黒蜜 麦茶
木	10	白せんべい 麦茶	チキンカレーライス レタスとアスパラのサラダ えのきのスープ ヨーグルト	アイスボックスクッキー 豆乳
金水	11 23	ビスコ 豆乳	スパゲティミートソース パイナップルサラダ きのこのスープ 清見オレンジ	炒飯 麦茶
土	12 26	白せんべい 麦茶	あんかけ焼きそば トマトとレタスのサラダ 豆腐スープ ぶどうゼリー	クレープ 豆乳
火	15	クラッカー 麦茶	ごはん カレイのホイル焼き ヨーグルト レタスとブロッコリーのカニサラダ 豚汁	カップケーキ 豆乳
水	16	ビスケット 豆乳	豆腐ダッカルビ丼 昆布和え ネギのスープ りんご	フルーツポンチ 麦茶
金月	18 28	クラッカー 麦茶	ごはん 鶏と野菜の甘酢あん 青菜の納豆和え 玉ねぎの味噌汁 清見オレンジ	ピザポテト 豆乳
木	24	ビスケット 麦茶	ごはん 鶏の胡麻照り焼き 温野菜サラダ えのきのスープ バナナ	メルティーフレーク 豆乳
金	25	白せんべい 麦茶	お誕生日献立	お楽しみに

今月の平均栄養価 エネルギー533kcalたんぱく質18.1g 脂質18.0g 塩分1.9g

園で使用のマヨネーズ 竹輪・中華麺・ミックス粉 ウィンナー カニカマはすべて鶏卵不使用を使用しています

