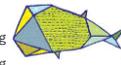


# 4月の予定献立表【幼児・離乳食完了期】

献立平均給与栄養量

3歳未満児 エネルギー 596kcal たんぱく質 22.5g 脂質19.4g  
3歳以上児 エネルギー 596kcal たんぱく質 22.8g 脂質16.6g



発行日：令和2年3月吉日

作成者：管理栄養士 高瀬

日	曜	献立名			主な材料		
		午前おやつ (3歳未満児のみ)	昼食	午後おやつ	血・肉・骨になる(赤)	体のリズムを整える(緑)	力や熱になる(黄)
1	水		入園式・説明会				
2	木	牛乳 アスパラガスビスケット	お弁当	牛乳 せんべい	牛乳	アスパラガスビスケット、せんべい	
3	金	牛乳 麦ふぁー	お弁当	牛乳 ビスコ	牛乳	麦ふぁー、ビスコ	
4	土	麦茶 ぼたぼた焼き	お弁当	麦茶 雪の宿		ぼたぼた焼き、雪の宿	
6	月	牛乳 マリー	お弁当	牛乳 ビスコ	牛乳	マリー、ビスコ	
7	火	牛乳 チーズ	お弁当	牛乳 源氏パイ	牛乳、チーズ	源氏パイ	
8	水	牛乳 ぱりんこ	お弁当	牛乳 ビスケット	牛乳、チーズ	ぱりんこ、ビスケット	
9	木	牛乳 たべっこBABY	ごはん、野菜スープ ささみのチーズ焼き ジャーマンポテト	牛乳 ほうれん草クッキー	牛乳、ささみ、とろけるチーズ、 ベーコン	キャベツ、人参、玉ねぎ、パセリ、 ほうれん草	
10	金	牛乳 麦ふぁー	ごはん、南瓜の味噌汁 筑前煮 白菜の塩昆布和え	牛乳 あげばん	牛乳、鶏肉、焼きちくわ	南瓜、玉ねぎ、青ねぎ、わかめ、れ んこん、ごぼう、人参、グリーン ピース、白菜、塩昆布	
11	土	麦茶 マリー	お弁当	麦茶 ぱりんこ		マリー、ぱりんこ	
13	月	牛乳 ビスコ	ごはん、けんちん汁 赤魚の煮つけ じゃがいものそばろ煮	牛乳 黒豆カップケーキ	牛乳、赤魚、鶏ひき肉	大根、ごぼう、人参、青ねぎ、グ リーンピース	
14	火	牛乳 チーズ	ごはん、かぶの味噌汁 豚肉のくわ焼き キャベツのゆかり和え	牛乳 バナナ 麦ふぁー	牛乳、チーズ、豚肉	かぶ、玉ねぎ、人参、青ピーマン、 キャベツ、ゆかり、バナナ	
15	水	牛乳 ぱりんこ	ロールパン クリームシチュー キャベツとベーコンのソテー	牛乳 青菜のおにぎり	牛乳、鶏肉、ベーコン	玉ねぎ、人参、ブロッコリー、キャ ベツ、ちんげん菜、コーン、かぶの 葉、塩昆布	
16	木	牛乳 アスパラガスビスケット	ごはん、えのきのすまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き マカロニサラダ	牛乳 コーンフレーククッキー	牛乳、鮭、ハム	えのきだけ、玉ねぎ、青ねぎ、キャ ベツ、人参、もやし、きゅうり、干 しぶどう	
17	金	牛乳 麦ふぁー	麻婆丼、大根の味噌汁 温野菜サラダ チーズ	麦茶 牛乳かん ビスコ	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、油あ げ、チーズ	人参、玉ねぎ、しょうが、大根、し めじ、青ねぎ、ブロッコリー、南 瓜、寒天、もも缶	
18	土	麦茶 アスパラガスビスケット	お弁当	麦茶 ぼたぼた焼き		アスパラガスビスケット、ぼたぼた焼	
20	月	牛乳 マリー	ごはん、ミネストローネ 白身魚のムニエル マセドアンサラダ	牛乳 野菜ポッキー	牛乳、ベーコン、たら、粉チーズ	人参、玉ねぎ、キャベツ、トマト 缶、きゅうり、青のり	
21	火	牛乳 チーズ	ごはん、じゃがいもの味噌汁 豆腐ハンバーグ 切り干し大根のサラダ	牛乳 ラスク	牛乳、チーズ、鶏ひき肉、絹ごし豆 腐、ツナ	玉ねぎ、人参、青ねぎ、ひじき、切 り干し大根、小松菜、	
22	水	牛乳 ぱりんこ	ごはん、白菜の味噌汁 赤魚のオーロラソースがけ にんじんしりしり	牛乳 みかん 煮干し	牛乳、赤魚、木綿豆腐、煮干し	白菜、玉ねぎ、わかめ、人参、もや し、みかん	
23	木	牛乳 たべっこBABY	ごはん、玉ねぎのすまし汁 肉じゃが ほうれん草の白和え	牛乳 おはぎ	牛乳、豚肉、絹ごし豆腐、きな粉	玉ねぎ、しめじ、青ねぎ、人参、グ リーンピース、ほうれん草	
24	金	牛乳 麦ふぁー	野菜ラーメン からあげ ごぼうサラダ	牛乳 おかかおにぎり	牛乳、豚肉、鶏肉、かつお節	キャベツ、人参、玉ねぎ、青ねぎ、 水菜、ごぼう、コーン	
25	土	麦茶 マリー	お弁当	麦茶 雪の宿		マリー、雪の宿	
27	月	牛乳 ビスコ	ごはん、もやしの味噌汁 揚げ魚のみぞれあんかけ 五目豆	牛乳 米粉のブラウニー	牛乳、さわか、大豆、木綿豆腐	もやし、人参、玉ねぎ、わかめ、 しょうが、大根、れんこん、干しし いたけ	
28	火	牛乳 チーズ	チキンカレー コールスローサラダ オレンジ	牛乳 フライドポテト	牛乳、チーズ、鶏肉	玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン、 オレンジ	
29	水	昭和の日					
30	木	牛乳 アスパラガスビスケット	ごはん、豚汁 さばの塩焼き 高野豆腐の煮物	牛乳 ふかし芋	牛乳、豚肉、油あげ、さば、高野豆 腐	大根、人参、ごぼう、青ねぎ、干し しいたけ、グリーンピース	

※上記の献立は変更させていただく場合がございます。