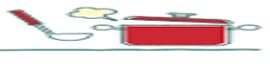


4月献立表

令和6年3月22日
北平田保育園

	1日(月) 希望保育	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金) 入園式	6日(土)
午前おやつ (未満児)	バナナ	オレンジ	りんごジュース	ふかし芋 麦茶	バナナ	
昼食	すき焼き風煮 チーズ納豆 なめこ汁 ヨーグルト	豚の生姜焼き ポテトサラダ すまし汁 (えのき・麩・小松菜) ゼリー	五目卵焼き ひじきの炒め煮 ふりかけ みそ汁(厚揚げ・わかめ) ジュシーフルーツ	🐟さばのみそ煮 きんぴらごぼう 具たくさん汁 バナナ	クリームシチュー 三色サラダ ふりかけ 野菜ジュース オレンジ	豚丼風 みそ汁(焼き麩・豆腐) バナナ
午後おやつ	かっぱえびせん オレンジジュース	星食べよ 野菜ジュース	バームクーヘン 牛乳	源氏パイ 牛乳	サッポロポテト ジョア	お菓子 牛乳
栄養価	E420 F19.0 P20.2 食塩 2.4	E428 F23.4 P16.2 食塩 1.7	372E F22.1 P16.7 食塩 2.4	E374 F18.8 P21.9 食塩 2.0	E372 F12.8 P14.1 食塩 1.7	E286 F12.4 P13.9 食塩 0.8
	8日(月) 入園・進級おめでとう会	9日(火) 役員開票(以上児)	10日(水) 保護者会三役会	11日(木) 役員開票(未満児)	12日(金) 避難訓練	13日(土)
午前おやつ (未満児)	りんごジュース	バナナ	ぱりんこ 麦茶	バナナ	粉ふき芋 麦茶	
昼食	オムライス 照り焼きチキン チーズポテト 野菜スープ ゼリー	豚肉の中華ソテー もやしのナムル かきたま汁 ヨーグルト	ごはん 八宝菜 ビーフンソテー えのきスープ オレンジ	チキンカレー ツナサラダ フルーツポンチ 白ブドウジュース	🐟鮭の照り焼き すき昆布煮 みそ汁 (キャベツ・豆腐) バナナ	五目あんかけ丼風 みそ汁(わかめ・葱) バナナ
午後おやつ	ムーンライト 牛乳	★カリカリマカロニ 牛乳	★たぬきおにぎり 麦茶	★ジャムサンド 牛乳	サラダせんべい 牛乳	お菓子 牛乳
栄養価	E644 F25.1 P30.4 食塩 2.2	E443 F21.9 P19.6 食塩 1.9	E544 F19.9 P22.1 食塩 2.3	E385 F16.4 P14.7 食塩 1.9	E359 F11.9 P23.0 食塩 2.5	E291 F12.6 P14.3 食塩 1.2
	15日(月)	16日(火)	17日(水) 誕生会	18日(木)	19日(金) 保護者会役員会	20日(土)
午前おやつ (未満児)	星食べよ 麦茶	ヨーグルト	野菜ジュース	バナナ	さつま芋の甘煮 麦茶	
昼食	鶏肉の唐揚げ ごま和え みそ汁 (大根・麩・葱) ジュシーフルーツ	スパニッシュオムレツ コールスロー ふりかけ コンソメスープ バナナ	しょうゆラーメン ゼリーアラモード	🐟鮭の甘辛揚げ きゅうりともやしのサラダ みそ汁 (小松菜・豆腐) オレンジ	鶏肉のマーマレード焼き のりマヨサラダ みそ汁 (大根・麩・葱) バナナ	麻婆豆腐 わかめスープ バナナ
午後おやつ	たべっ子どうぶつ 牛乳	★アンパンマンクッキー 牛乳	★ケーキ 麦茶	★五目おこわおにぎり 麦茶	べじたべる ☆オレンジジュース	お菓子 牛乳
栄養価	E294 F15.0 P17.3 食塩 1.9	E310 F15.5 P14.3 食塩 1.9		E356 F19.0 P14.4 食塩 1.6	E293 F12.3 P16.5 食塩 1.9	E329 F18.8 P14.9 食塩 1.3
	22日(月)	23日(火) 眼科検診(14:00~)	24日(水)	25日(木) 交通安全教室入会式・バス代振替日	26日(金)	27日(土) 保護者会総会
午前おやつ (未満児)	かぼちゃの甘煮 麦茶	バナナ	オレンジ	ヤクルト	ビスコ 麦茶	
昼食	鶏の香味焼き 切り干し大根サラダ みそ汁 (わかめ・しめじ・麩) ジュシーフルーツ	三色そばろ井 ブロッコリーサラダ 春雨スープ オレンジ	豆腐入りチキンナゲット マヨネーズサラダ みそ汁 (ほうれん草・しめじ・薄揚げ) ふりかけ・ヨーグルト	🐟白身魚フライ (タルタルソース) コールスロー みそ汁(ほうれん草・麩) オレンジ	親子煮 春雨サラダ みそ汁 (キャベツ・えのき・葱) バナナ	ハッシュドポーク 牛乳 バナナ
午後おやつ	マリービスケット 牛乳	★お好み焼き 牛乳	★たけのこおにぎり 麦茶	★ピザトースト 牛乳	まがりせんべい ぶどうジュース	
栄養価	E356 F14.6 P18.5 食塩 2.0	E318 F16.0 P15.0 食塩 1.7	E437 F19.8 P16.3 食塩 1.8	E478 F15.0 P21.0 食塩 2.3	E496 F17.5 P22.2 食塩 2.7	E385 F19.2 P15.5 食塩 2.0
	29日(月)	30日(火)	    <p style="text-align: center;">とっても大切！ 早寝早起き朝ごはん</p> <p>規則正しい時間に寝て、朝早く起きる生活をするのは、なによりも子どもの脳の成長に重要です。夜型の子どもの中には、キレやすい、攻撃的などの傾向があることが分かっています。さらには太りやすいことも発表されています。朝ごはんは寝ている間に低下している体温を上昇させ、脳の働きを活発にするために必須です。早寝早起き、朝ごはんは、頭と体を元気にする基本です。</p> 			
午前おやつ (未満児)	 バナナ	バナナ				
昼食	 焼き肉丼風 ブロッコリーのおかか和え 春雨スープ オレンジ	焼き肉丼風 ブロッコリーのおかか和え 春雨スープ オレンジ				
午後おやつ	★いちごパイ 牛乳	★いちごパイ 牛乳				
栄養価		339E F16.3 P17.2 食塩 1.6				

※発注の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。

☆:未満児牛乳 ★:手作りおやつ

:完全給食の日 :お魚の日

栄養価 E:エネルギー P:タンパク質 F:脂肪 食塩:塩分相当量