



# 令和6年4月 献立表



認定こども園 新倉幼稚園

日付	献立名		栄養価	日付	献立名		栄養価
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)			昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	
1月	ごはん ひき肉コロッケ 青のり卵焼き ウインナーブロック炒め 味噌汁(大根、人参) 牛乳	○お野菜せんべい ◎コーンパン	エネルギー 585kcal たんぱく質 21.3g 脂質 18.0g 炭水化物 92.3g 塩分 1.8g	16日	玄米ごはん ハンバーグ 三色ゴマサラダ 粉ふき芋 コンソメスープ(キャベツ、にんじん) 牛乳	○たべっこ動物 ◎バナナ	エネルギー 505kcal たんぱく質 20.1g 脂質 18.1g 炭水化物 73.1g 塩分 1.2g
2日	玄米ごはん シルバーの煮つけ 豚肉とキャベツ炒め オレンジ 味噌汁(ほうれん草とえのき) 牛乳	○たべっこ動物 ◎プリン	エネルギー 526kcal たんぱく質 22.5g 脂質 14.4g 炭水化物 81.7g 塩分 1.2g	17日	玄米ごはん さば塩焼き 菜の花とベーコンのスパゲティ さつまいもとりんご煮 味噌汁(もやし、にんじん) 牛乳	○ほしたべよ ◎マカロニきな粉	エネルギー 591kcal たんぱく質 24.5g 脂質 17.2g 炭水化物 92.3g 塩分 1.3g
3日	玄米ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草ともやしのマヨサラダ ベイクドカレーポテト すまし汁(水菜、麩、にんじん) 牛乳	○ほしたべよ ◎セザミトースト	エネルギー 544kcal たんぱく質 21.9g 脂質 17.5g 炭水化物 81.0g 塩分 1.3g	18日	玄米ごはん ハヤシライス ブロックリーと卵のサラダ フルーツゼリー 牛乳	○マンナビスケット ◎蒸しパン	エネルギー 599kcal たんぱく質 19.6g 脂質 12.2g 炭水化物 108.9g 塩分 1.5g
4日	玄米ごはん ほっけ塩焼き 厚揚げと大根の煮物 バナナ 味噌汁(キャベツ、人参) 牛乳	○マンナビスケット ◎青りんごゼリー	エネルギー 509kcal たんぱく質 19.8g 脂質 16.5g 炭水化物 76.2g 塩分 1.2g	19日	バターロール タラのチーズパン粉焼き じゃがいもコロコロサラダ バナナ コンソメスープ(ほうれん草とえのき) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎お好み焼き	エネルギー 514kcal たんぱく質 24.6g 脂質 17.4g 炭水化物 70.9g 塩分 1.8g
5日	玄米ごはん みそ麻婆丼 三色野菜のリナムル 中華スープ(チンゲン菜、卵、人参) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎麩のラスク(きな粉)	エネルギー 541kcal たんぱく質 21.3g 脂質 20.4g 炭水化物 72.9g 塩分 1.5g	22日	わかめうどん さつまいもの天ぷら ピーマンちくわカレー炒め ウインナーソーテー 牛乳	○お野菜せんべい ◎マスカットゼリー	エネルギー 531kcal たんぱく質 16.6g 脂質 17.5g 炭水化物 82.2g 塩分 1.5g
8日	ごはん メンチカツ さつまいもと野菜の煮物 オレンジ 味噌汁(もやし、しめじ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎カレーチーズトースト	エネルギー 593kcal たんぱく質 23.6g 脂質 20.6g 炭水化物 85.1g 塩分 1.4g	23日	玄米ごはん 鶏のレモン煮 なすのナポリタン ほうれん草と人参おかか和え 豚汁 牛乳	○たべっこ動物 ◎ホットケーキ	エネルギー 508kcal たんぱく質 22.4g 脂質 15.2g 炭水化物 74.8g 塩分 1.3g
9日	玄米ごはん さわらの煮つけ ウインナーとピーマン炒め かぼちゃサラダ 味噌汁(ほうれん草とにんじん) 牛乳	○たべっこ動物 ◎バナナ	エネルギー 519kcal たんぱく質 20.4g 脂質 18.6g 炭水化物 72.3g 塩分 1.6g	24日	お弁当	○ほしたべよ ◎焼きドーナツ(豆乳)	
10日	玄米ごはん 焼肉 もやしと卵の中華和え さつまいもの甘煮 わかめスープ(わかめ、長葱) 牛乳	○ほしたべよ ◎ストロベリーゼリー	エネルギー 521kcal たんぱく質 19.0g 脂質 14.6g 炭水化物 84.8g 塩分 1.5g	25日	玄米ごはん さわらの生姜醤油 高野豆腐とひじきの煮物 バナナ 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳	○マンナビスケット ◎牛乳寒天	エネルギー 501kcal たんぱく質 22.5g 脂質 13.9g 炭水化物 76.8g 塩分 1.3g
11日	玄米ごはん 三色そぼろ丼 コールスロー 味噌汁(大根、しめじ) 牛乳	○マンナビスケット ◎青のりポテト	エネルギー 520kcal たんぱく質 21.4g 脂質 17.2g 炭水化物 75.2g 塩分 1.4g	26日	パンキンパン スパニッシュオムレツ もやしとさしみサラダ お楽しみゼリー 豆乳スープ(ほうれん草、人参、ウインナー) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎焼きそば	エネルギー 504kcal たんぱく質 21.8g 脂質 19.5g 炭水化物 68.7g 塩分 1.6g
12日	玄米ごはん さばのみりん漬け 肉じゃが バナナ 味噌汁(豆腐、長ねぎ) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎ジャムサンド	エネルギー 579kcal たんぱく質 24.7g 脂質 17.5g 炭水化物 87.7g 塩分 1.5g	30日	ごはん 白身魚フライもち麦タルタルソース 切り干し大根の煮物 フルーツヨーグルト和え 味噌汁(なめこ、長ねぎ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎きな粉トースト	エネルギー 548kcal たんぱく質 22.7g 脂質 11.6g 炭水化物 93.6g 塩分 1.0g
15日	ごはん ささみかつ マカロニサラダ オレンジ けんちん汁 牛乳	○お野菜せんべい ◎さつまいもバター煮	エネルギー 568kcal たんぱく質 21.3g 脂質 19.2g 炭水化物 84.2g 塩分 1.4g				

仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。