







☆4月予定献立表☆

大阪聖和保育園

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
屋食	にゅうえんしき 	あんかけそば くだもの 	さけのしおやき ごはん やきびーふん みそしる くだもの 	ひじきごはん すのもの こうやどうふのふくめに しじみじる くだもの	ちゃぶちえ ごはん さつまいものおれんじに しゅうまい みそしる くだもの	はやしらいす ごはん くだもの 	おべんとう
3時		おはぎ ぎゅうにゅう	むしばん ぎゅうにゅう	ふらいどぼてと ぎゅうにゅう	めろんばん ぎゅうにゅう	ふる一つしらたま	おたのしみ
		エネルギー 533kcal 蛋白質 22.4g 脂質 20.2g 炭水化物 72.4g 食塩 2g	エネルギー 499kcal 蛋白質 23.8g 脂質 11.4g 炭水化物 79.8g 食塩 2g	エネルギー 496kcal 蛋白質 19g 脂質 16.2g 炭水化物 74.1g 食塩 2.1g	エネルギー 589kcal 蛋白質 19.6g 脂質 20g 炭水化物 89g 食塩 2.1g	エネルギー 432kcal 蛋白質 12.7g 脂質 10.3g 炭水化物 76.8g 食塩 1.1g	
屋食	かれーらいす ごはん すていっくやさい くだもの	まーぼうどうふ ごはん つなさらだ くだもの 	はんぱーく ごはん おんやさい こーんすーぶ くだもの	にこみうどん さつまいものてんぷら くだもの	きりぼしだいこん ごはん ひとしおいわし ういんなー みそしる くだもの 	ぶたのしょうがやきどん ごはん もやしすーぶ くだもの	おべんとう
3時	ぶりん ぎゅうにゅう	きゃろつとけーき ぎゅうにゅう	ごぼうすていっく ぎゅうにゅう	おにぎり ぎゅうにゅう	ばなのこめこくつきー ぎゅうにゅう	おかし	おたのしみ
	エネルギー 549kcal 蛋白質 19.1g 脂質 20.8g 炭水化物 81g 食塩 1.7g	エネルギー 670kcal 蛋白質 21.9g 脂質 29g 炭水化物 86.8g 食塩 1.8g	エネルギー 553kcal 蛋白質 21.5g 脂質 21.1g 炭水化物 76g 食塩 3.4g	エネルギー 477kcal 蛋白質 19.3g 脂質 15.6g 炭水化物 68.5g 食塩 1.6g	エネルギー 561kcal 蛋白質 20.1g 脂質 21g 炭水化物 79.9g 食塩 1.6g	エネルギー 408kcal 蛋白質 13.7g 脂質 7.9g 炭水化物 73.1g 食塩 1.2g	
屋食	ちきんらいす ぶろっこりーのつなまよあえ まかろにすーぶ くだもの	ちらしずし とんじる くだもの	ごしきにまめ ごはん すのもの(なます) とりのからあげ すましじる くだもの	おやこどん ごはん ちくわのあまに ちりめんじゃこ くだもの 	ちくぜんに ごはん すのもの ういんなー そうめんじる くだもの	びーふしちゅー ごはん くだもの 	おべんとう
3時	ふる一つよーぐると ぎゅうにゅう	ほつとけーき ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	ちぢみ ぎゅうにゅう	ふれんちとーすと ぎゅうにゅう	とうふだんご	おたのしみ
	エネルギー 504kcal 蛋白質 20.9g 脂質 13.3g 炭水化物 82.9g 食塩 2.5g	エネルギー 465kcal 蛋白質 18.5g 脂質 14g 炭水化物 71.3g 食塩 1g	エネルギー 478kcal 蛋白質 16.2g 脂質 15.8g 炭水化物 72.9g 食塩 1.8g	エネルギー 583kcal 蛋白質 23.4g 脂質 19.3g 炭水化物 84.1g 食塩 1.5g	エネルギー 544kcal 蛋白質 22.3g 脂質 18.4g 炭水化物 78.4g 食塩 2.6g	エネルギー 443kcal 蛋白質 14.3g 脂質 11.3g 炭水化物 77.3g 食塩 0.1g	
屋食	にくじゃが ごはん ぶろっこりーのかつおあえ かきたまじる くだもの	ごもくごはん すのもの こうやどうふのふくめに みそしる くだもの	さけごはん ぼてとさらだ みそしる くだもの 	びびんぼっ ごはん きのこじる くだもの 	とりのからあげ ごはん おんやさい みねすとろーね くだもの	やきそば すましじる くだもの	おべんとう
3時	みかんぜりー ぎゅうにゅう	じゃことーすと ぎゅうにゅう	おかし ぎゅうにゅう	かりんとう ぎゅうにゅう	ようかん ぎゅうにゅう	ぽっぶこーん	おたのしみ
	エネルギー 503kcal 蛋白質 21.8g 脂質 17.2g 炭水化物 72.4g 食塩 1.8g	エネルギー 526kcal 蛋白質 22.3g 脂質 17.5g 炭水化物 73.7g 食塩 3g	エネルギー 584kcal 蛋白質 25.2g 脂質 21.7g 炭水化物 79.1g 食塩 1.6g	エネルギー 478kcal 蛋白質 16.5g 脂質 13.8g 炭水化物 78.5g 食塩 1.3g	エネルギー 536kcal 蛋白質 23.7g 脂質 21.6g 炭水化物 66.9g 食塩 1.7g	エネルギー 405kcal 蛋白質 20.5g 脂質 13.4g 炭水化物 56.7g 食塩 2.7g	
屋食	おべんとう	チャーはん はくさいのおひたし わかめすーぶ くだもの 	「ご入園、ご進級おめでとうございます(〇)／」 4月から新しい環境での生活がスタートします。どきどき不安もあるけれど、 きっと楽しいことやうれしいこともたくさん待っていますよ！ 少しでも早く担任の保育士やお部屋に慣れ、元気いっぱい遊ぶ姿が見られるといいなと思っています(*´艸`) 調理室でもみんなで心を込めておいしい給食を作っていきたいと思っておりますので1年間どうぞよろしく願いいたします！ また、このごはんはどうやって作るの？など疑問がありましたら、いつでも聞いてくださいね☆				献立作成 横尾佑梨栄養士 福谷眸栄養士
3時	おたのしみ	おかし ぎゅうにゅう	※2階ホーム、ピョンアリホームは時期に応じておやつの内容を変更することがあります。				
		エネルギー 479kcal 蛋白質 21.1g 脂質 13.8g 炭水化物 73g 食塩 1.6g					