



# 4月のこんだてひょう



宮古保育園  
R06・3・25

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	ポーロ 麦茶	2	ヨーグルト	3	枝豆ビスケット 麦茶	4	入園式	5	ホットケーキ 麦茶	6	せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん 松風焼き 小松菜ナムル みそ汁 果物		麦ごはん チーズオムレツ キャベツの中華サラダ スープ 果物		麦ごはん カレーライス 春雨サラダ 卵スープ 果物				麦ごはん 肉豆腐 小松菜のツナサラダ みそ汁 果物		中華丼 サラダ スープ 果物	
午後	シュガーラスク 牛乳		南瓜のソフトクッキー 牛乳		源氏パイ 牛乳				Feウエハース ヨーグルト			
午前	8	くだもの	9	お焼き 麦茶	10	ビスケット 麦茶	11	じゃがクッキー 麦茶	12	ウエハース 麦茶	13	クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん すき焼き風煮 さつまいものレモン煮 みそ汁 果物		麦ごはん 鯖と人参の煮物 ほうれん草の白和え みぞれ汁 果物		麦ごはん 酢豚 三色ナムル 春雨スープ 果物		パン～パンの日～ パークビーンズ ブロッコリーの酢味噌和え コーンスープ 果物		麦ごはん 鯖のカレー風焼き もやしのナムル 豆腐の旨煮椀 果物		焼うどん 和え物 スープ 果物	
午後	しょうゆせんべい 牛乳		クリームパン 牛乳		もっちりスイートポテト 牛乳		和風蒸しパン 牛乳		ピザトースト 牛乳			
午前	15	ジャムパン 麦茶	16	胡麻クッキー 麦茶	17	クラッカー 麦茶	18	小魚せん 麦茶	19	くだもの	20	ウエハース 麦茶
昼食	麦ごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 ごぼうサラダ スープ 果物		おにぎり～おにぎりの日～ 鯖のチーズ焼き 南瓜サラダ スープ 果物		麦ごはん 筑前煮 マカロニサラダ みそ汁 果物				麦ごはん 親子丼風煮 キャベツの香漬け みそ汁 果物		チャーハン サラダ スープ 果物	
午後	クッキー 牛乳		コーンマヨのカップケーキ 牛乳		大学芋 牛乳		フルーツオムレツ 牛乳		丸ごとバナナ 牛乳			
午前	22	蒸しパン 麦茶	23	バナナクッキー 麦茶	24	ヨーグルト	25	ラスク 麦茶	26	えびせん 麦茶	27	ビスケット 麦茶
昼食	麦ごはん 煮込みハンバーグ サラスパサラダ スープ 果物		麦ごはん サバと大豆の煮物 ほうれん草の胡麻和え みそ汁 果物		麦ごはん 鶏肉と野菜の甘酢煮 キャベツのツナサラダ 豆乳汁 果物		麦ごはん チキン南蛮 大根のナムル コーンスープ 果物		麦ごはん 豆腐の野菜あんかけ 納豆和え みそ汁 果物		焼きそば サラダ スープ 果物	
午後	Caせんべい 牛乳		どら焼き 牛乳		ごへいもち 牛乳		ポテトサンド 牛乳		フルーツヨーグルト			
午前	29	昭和の日	30	ふかし芋 麦茶								
昼食			麦ごはん 鶏五目煮 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物									
午後	昭和の日		せんべい 牛乳									

11日(木) パンの日  
さくらんぼ組は園で用意します。  
16日(火) おにぎりの日  
さくらんぼ組は園で用意します。  
18日(木) 誕生会<完全給食>

お知らせ		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	380
	平均	466	372
食塩 (g)	目標量	1.4	1.6
	平均	1.3	1.4

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。  
※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

**食育目標** 園の食事に慣れる。  
0.1.2歳児～いろいろな食べ物があることを知る。  
3歳以上児～楽しい雰囲気の中で食事をする。

