



# 4月のこんだてひょう



宮古保育園  
R07・03・25

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																		
午前		1 <b>ヨーグルト</b>	2 <b>お焼き   麦茶</b>	3 <b>ボーロ   麦茶</b>	4 <b>入園式</b>	5 <b>せんべい   麦茶</b>																		
昼食		<b>麦ごはん</b> 鰯と人参の煮物 鶏ささみサラダ みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> すき焼き風煮   ポテトサラダ みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> 麻婆茄子   大根のツナサラダ わかめスープ   果物		親子丼   みそ汁 牛乳   果物																		
午後		スイートポテト   牛乳	南瓜のソフトクッキー 牛乳	せんべい   牛乳																				
午前	7 <b>くだもの</b>	8 <b>胡麻クッキー   麦茶</b>	9 <b>ラスク   麦茶</b>	10 <b>ふかし芋   麦茶</b>	11 <b>バナナクッキー   麦茶</b>	12 <b>クッキー   麦茶</b>																		
昼食	<b>麦ごはん</b> ハンバーグ   ごぼうサラダ 卵スープ   果物	<b>麦ごはん</b> 肉じゃが   胡瓜の酢の物 みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> 野菜炒め   卵焼き みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> しゅうまい   春雨サラダ スープ   果物	 <b>パン〜パンの日〜</b> 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの胡麻和え コーンスープ   果物	五目うどん   和え物 牛乳   果物																		
午後	Caせんべい   牛乳	今川焼き   牛乳	芋まんじゅう   牛乳	ピザトースト   牛乳	Feウエハース ヨーグルト																			
午前	14 <b>ウエハース   麦茶</b>	15 <b>クラッカー   麦茶</b>	16 <b>枝豆ビスケット   麦茶</b>	17 <b>小松菜せん   麦茶</b>	18 <b>ホットケーキ   麦茶</b>	19 <b>ウエハース   麦茶</b>																		
昼食	<b>麦ごはん</b> 唐揚げの野菜あんかけ 小松菜の胡麻和え みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> カレーライス サラスパサラダ スープ   果物	<b>麦ごはん</b> 高野豆腐煮   なめたけ和え みそ汁   果物	 <b>おたんじょうかい</b>	<b>麦ごはん</b> ししゃものゴマ揚げ マカロニサラダ みそ汁   果物	和風スパゲティ   スープ 牛乳   果物																		
午後	ちんすこう   牛乳	しょうゆ団子   牛乳	アスパラの春おにぎり   牛乳	フルーツオムレット   牛乳	きな粉おはぎ   牛乳																			
午前	21 <b>くだもの</b>	22 <b>蒸しパン   麦茶</b>	23 <b>ヨーグルト</b>	24 <b>小魚せん   麦茶</b>	25 <b>ジャムパン   麦茶</b>	26 <b>ビスケット   麦茶</b>																		
昼食	<b>麦ごはん</b> 肉団子のホクホク煮 トマトの酢味噌和え 豆乳汁   果物	<b>麦ごはん</b> コロッケ   納豆和え みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> 八宝菜   さつま芋サラダ スープ   果物	<b>おにぎり〜おにぎりの日〜</b> ひじき入り卵焼き  切干大根サラダ みそ汁   果物	<b>麦ごはん</b> 鰯のもやしあんかけ トマトサラダ   みぞれ汁 果物	三色丼   みそ汁 牛乳   果物																		
午後	ジャムパン   牛乳	ジャコおにぎり   牛乳	しとぎもち   牛乳	トマトチーズ蒸しパン 牛乳	フルーツヨーグルト																			
午前	28 <b>マフィン   麦茶</b>	29 <b>昭和の日</b>	30 <b>ヨーグルト</b>	<div><div>11日(金)パンの日 さくらんぼ組は園で用意します。 17日(木)誕生会&lt;完全給食&gt; 24日(木)おにぎりの日 さくらんぼ組は園で用意します。</div><table><tr><td></td><td></td><td>未満児</td><td>以上児</td></tr><tr><td rowspan="2">エネルギー (kcal)</td><td>目標量</td><td>450</td><td>380</td></tr><tr><td>平均</td><td>480</td><td>398</td></tr><tr><td rowspan="2">食塩 (g)</td><td>目標量</td><td>1.4</td><td>1.6</td></tr><tr><td>平均</td><td>1.3</td><td>1.4</td></tr></table></div>					未満児	以上児	エネルギー (kcal)	目標量	450	380	平均	480	398	食塩 (g)	目標量	1.4	1.6	平均	1.3	1.4
		未満児	以上児																					
エネルギー (kcal)	目標量	450	380																					
	平均	480	398																					
食塩 (g)	目標量	1.4	1.6																					
	平均	1.3	1.4																					
昼食	<b>麦ごはん</b> 豆腐の肉あんかけ カラフルサラダ みそ汁   果物		<b>麦ごはん</b> 鮭の春巻き   ひじきサラダ もやしスープ   果物																					
午後	卵サンド   牛乳		クッキー   牛乳																					

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	380
	平均	480	398
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〜いろん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。

