



4月 献立表



令和4年

浄光寺幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食		体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
13 水	ごはん チキンカレー コーンサラダ オレンジゼリー 麦茶		鶏肉	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり コーン オレンジジュース アガー	水 カレールウ 塩 麦茶
15 金	麦ごはん 味噌汁 たらの香味焼き ほうれん草のごま和え バナナ 麦茶		味噌 たら	米 押し麦 小切麩 ごま ごま油 砂糖	昆布 干しいたけ 大根 わかめ 万能ねぎ ほうれん草 もやし 人参 バナナ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
18 月	ごはん コンソメスープ 鶏肉のマーマレード焼き フレンチサラダ チーズ 麦茶		鶏肉 チーズ	米 マーマレード 油 砂糖	小松菜 人参 コーン ブロッコリー キャベツ	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 麦茶
20 水	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜごはん 味噌汁 かれないのみりん焼き じゃが芋のおかか煮 パイナップル 麦茶		味噌 木綿豆腐 かれい かつお節	米 砂糖 じゃが芋	キャベツ 塩昆布 昆布 干しいたけ しめじ ほうれん草 しょうが 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 パイナップル	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ 麦茶
22 金	丸パン オニオンスープ コロッケ 人参ドレッシングサラダ チーズ 麦茶		チーズ	丸パン コロッケ 油 片栗粉	玉ねぎ 人参 バセリ 大根 ブロッコリー	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 中濃ソース 人参ドレッシング 麦茶
25 月	ごはん 味噌汁 しらすとチーズの玉子焼き 粉ふき芋 オレンジ 麦茶		味噌 鶏卵 しらす チーズ	米 砂糖 じゃが芋	昆布 干しいたけ 南瓜 しめじ 万能ねぎ 玉ねぎ バセリ オレンジ	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
27 水	焼肉丼 中華スープ もやしとわかめの酢の物 バナナ 麦茶		豚肉 味噌	米 油 砂糖 ごま油	玉ねぎ しょうが にんにく 白菜 えのき草 人参 もやし わかめ バナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢 塩 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)	
目標量	410	14.3	11.8	100	1.1	
平均量	382	14.3	9.8	98	1.2	
乳	0	0	0	0	0	
児	平均量	305	11.5	7.9	80	1.1

☆園の給食では栄養豊富でおいしい金芽米を使用しています。