令和6年度

4月の予定献立表

むつみ保育園

日	曜	未満児おやつ	メニュー	おやつ	行事予定	血や肉になるもの（赤）	熱や力になるもの（黄）	体の調子を整えるもの（緑）
1	月	クッキー	チキンピラフ・カボチャのチーズ焼き・わかめと豆腐の味噌汁・オレンジ	フルーチェ		鶏もも肉・しらす・チーズ 豆腐・煮干し粉・牛乳	米・バター・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・砂糖	わかめ・玉ねぎ・人参・ｺｰﾝ・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ カボチャ・オレンジ
2	火	リンゴジュース	スパゲティ・豆腐サラダ・卵とコーンのスープ・バナナ	スキムミルク・菓子	希望保育	豚挽き肉・豆腐・卵 スキムミルク	パスタ・バター・油・片栗粉	玉ねぎ・人参・ピーマン・ﾚﾀｽ・胡瓜 ｺｰﾝ・ｸﾘｰﾑｺｰﾝ・バナナ
3	水	せんべい	マーボー豆腐・シュウマイ・胡瓜とキャベツの塩もみ・いちご	ゼリー		豚挽き肉・豆腐・牛乳	米・油・砂糖・片栗粉	生姜・ﾆﾝﾆｸ・もやし・葱・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ 胡瓜・ｷｬﾍﾞﾂ・オレンジ
4	木	ビスケット	焼きそば・胡瓜のピクルス・わかめの味噌汁・トマト・ふりかけ	ふかし芋・ジョア		豚もも肉・煮干し粉・ジョア	米・中華めん・油・砂糖 ごま油・さつま芋	わかめ・青のり・ｷｬﾍﾞﾂ・人参・玉ねぎ ﾋﾟｰﾏﾝ・胡瓜・トマト
5	金		麦茶（パン・バナナ）		入園式			
6	土	牛乳	パン・スープ・バナナ・麦茶			牛乳	パン	バナナ
8	月	クッキー	鮭のムニエル・栄養きんぴら・お吸い物・バナナ	チーズ蒸しパン・牛乳	新入園児降園 11:00	鮭・さつま揚げ・牛乳 チーズ	米・バター・油・砂糖 小麦粉・ｺﾝﾆｬｸ	わかめ・人参・玉ねぎ・ごぼう バナナ
9	火	牛乳	五目ひじき・ウインナー・しめじの味噌汁・オレンジ	マカロニきな粉 ブドウジュース	〃	大豆・さつま揚げ・ウインナー 煮干し粉・きな粉	米・ｺﾝﾆｬｸ・油・砂糖 マカロニ	ひじき・人参・しめじ・玉ねぎ・オレンジ
10	水	野菜ジュース	竹輪の二色揚げ・ポテトサラダ・かき玉汁・トマト・のり缶	フルーツの ヨーグルト和え	〃	竹輪・卵・ﾖｰｸﾞﾙﾄ	米・小麦粉・油・じゃが芋 ﾏﾖﾈｰｽﾞ・片栗粉	青のり・のり缶・胡瓜・人参・ｷｬﾍﾞﾂ 玉ねぎ・ﾄﾏﾄ・ﾓﾓ・ﾐｶﾝ・ﾊﾟｲﾝ・バナナ
11	木	せんべい	カレーライス・フルーツサラダ・福神漬け	バナナケーキ スポロン	新入園児降園 12:00	豚もも肉・卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ	米・油・じゃが芋・バター・砂糖 ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	人参・玉ねぎ・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・リンゴ・ﾐｶﾝ ﾊﾟｲﾝ・胡瓜・レタス・福神漬け・バナナ
12	金	ビスケット	ハンバーグ・マカロニサラダ・わかめと豆腐のスープ・トマト・ふりかけ	フランスパン・牛乳	〃	豚挽き肉・卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ・牛乳 ハム・豆腐	米・パン粉・油・ﾏｶﾛﾆ ﾏﾖﾈｰｽﾞ・フランスパン	わかめ・生姜・玉ねぎ・人参・ﾋﾟｰﾏﾝ 胡瓜・ﾄﾏﾄ・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ
13	土	牛乳	パン・スープ・バナナ・麦茶			牛乳	パン	バナナ
15	月	クッキー	八宝菜・ハムカツ・ふりかけ・バナナ	ヨーグルト（せんべい）	新入園児降園 12:00	豚もも肉・卵・ハム ヨーグルト	米・油・片栗粉・小麦粉 パン粉	白菜・人参・筍・椎茸・白菜・ﾋﾟｰﾏﾝ バナナ
16	火	牛乳	鶏の照り焼き・五目ナムル・コンソメスープ・オレンジ・甘昆布	スキムミルク・菓子	新入園児降園 14:30	鶏もも肉・ハム・ベーコン スキムミルク	米・ごま油・じゃが芋	甘昆布・ﾆﾝﾆｸ・生姜・胡瓜・人参・ｷｬﾍﾞﾂ もやし・玉ねぎ・トマト
17	水	せんべい	肉団子・サウザンサラダ・野菜の味噌汁・トマト	麩のラスク リンゴジュース	〃 体育指導日	豚挽き肉・卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ 煮干し粉	米・小麦粉・ごま油・油・砂糖 片栗粉・じゃが芋・麩・バター	玉ねぎ・椎茸・生姜・ｺｰﾝ・ﾚﾀｽ・胡瓜 人参・バナナ
18	木	ブドウジュース	わかめごはん・肉じゃが・ｷｬﾍﾞﾂの味噌汁・バナナ	いちご・牛乳	新入園児降園 16:00	豚もも肉・豆腐・油揚げ 煮干し粉	米・じゃが芋・油・小麦粉 砂糖	わかめ・人参・玉ねぎ・葱・ｷｬﾍﾞﾂ バナナ
19	金	ビスケット	ハヤシライス・シーザーサラダ・オレンジ	チーズドック 野菜ジュース	避難訓練 身体測定	豚もも肉	米・油・チーズドック	玉ねぎ・人参・ﾏｯｼｭﾙｰﾑ・ｺｰﾝ・トマト・ﾚﾀｽ 胡瓜・オレンジ
20	土	牛乳	パン・スープ・バナナ・麦茶			牛乳	パン	バナナ
22	月	クッキー	洋風寿司・ブロッコリーのチーズ焼き・大根汁・バナナ	ヨーグルトケーキ ブドウジュース	食育（ひまわり） 手洗いの話	ハム・ツナ・チーズ・油揚げ ヨーグルト・ｽｷﾑﾐﾙｸ・ｾﾞﾗﾁﾝ	米・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・片栗粉・砂糖	ｺｰﾝ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・人参・葱・バナナ・ﾚﾓﾝ
23	火	せんべい	鶏のカレー揚げ・胡瓜とツナの和え物・野菜スープ・トマト・甘昆布	ホットドック・牛乳	食育（きく） 手洗いの話	鶏むね肉・ツナ・ウインナー	米・片栗粉・油・砂糖・ごま パン	甘昆布・胡瓜・人参・玉ねぎ・ｷｬﾍﾞﾂ トマト
24	水	スポロン	バジルチキン・ミモザサラダ・キャベツスープ・バナナ	カルピス・菓子	食育（ゆり） 手洗いの話	鶏もも肉・チーズ・卵 ベーコン	米・ｵﾘｰﾌﾞｵｲﾙ・じゃが芋	ニンニク・胡瓜・キャベツ・人参・ レタス・バナナ
25	木	ビスケット	松風焼き・マカロニサラダ・野菜の豆乳味噌汁・オレンジ・のり缶	ポテトフライ・牛乳		鶏ひき肉・卵・ｽｷﾑﾐﾙｸ・ハム 煮干し粉・豆乳	米・パン粉・ゴマ・砂糖・ﾏｶﾛﾆ ﾏﾖﾈｰｽﾞ・じゃが芋・油	のり缶・葱・生姜・人参・胡瓜・玉ねぎ オレンジ
26	金	牛乳	五目うどん・チーズサラダ・バナナ	シュガートースト リンゴジュース		油揚げ・豚もも肉・チーズ	うどん・食パン・ﾏｰｶﾞﾘﾝ グラニュー糖	人参・玉ねぎ・椎茸・ｺｰﾝ・トマト レタス・胡瓜・バナナ
27	土	牛乳	パン・スープ・バナナ・麦茶			牛乳	パン	バナナ
30	火	クッキー	白身魚のチーズ焼き・ｷｬﾍﾞﾂの胡麻和え・豆腐となめこの味噌汁・オレンジ	コーンフレーク・牛乳	体育指導日	さわら・チーズ・豆腐・牛乳 煮干し粉	米・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・砂糖・ゴマ コーンフレーク	玉ねぎ・人参・ｷｬﾍﾞﾂ・なめこ オレンジ

☆３歳以上児（ひまわり・きく・ゆり）はお米を１升（1.6kｇ）お願いします。

ご入園・ご進級おめでとうございます。毎月、予定献立表を配布していきたいと思います。また、展示もしていきますのでお迎えの時間に子供さんと一緒にご覧になってみてください。安全でおいしい給食が出せるように給食一同頑張っていきたいと思います。本年度もよろしくお願いいたします。

＊＊＊今月の平均栄養価は次のとおりです。＊＊＊

３歳以上児：（エネルギー 525キロカロリー）（カルシウム241mg）（食塩 2.4ｇ）

３歳未満児：（エネルギー 497キロカロリー）（カルシウム253mg）（食塩　1.9ｇ）

☆スキムミルクとは？☆

牛乳から脂肪分を取り除いたもので、子供の発達や健康に必要な良質たんぱく質・カルシウム・ビタミンB2が多量に含まれています。動物性脂肪がとても低く、低エネルギーなので生活習慣予防食品としても用いられています。