

献立表

2025/04月分

杏ほいくえん

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	火	牛乳,ビスケット	豚肉のしょうが焼き丼,トマト,中華スープ(チンゲンサイ),麦茶	牛乳,りんごゼリー
02	水	牛乳,せんべい	御飯,さつま揚げと野菜の煮物,納豆あえ(こまつな),みそ汁(もやし),麦茶	牛乳,豆腐マフィン(ココア)
03	木	牛乳,ビスケット	五目ラーメン,パンパンジーサラダ,りんご,麦茶	麦茶,わかめおにぎり
04	金	牛乳,ビスケット	御飯,さばのみそ煮,さつまいものサラダ,五目汁(豆腐),麦茶	牛乳,トースト(ごま)
05	土	牛乳,ウエハース	わかめうどん,牛乳	
07	月	牛乳,ビスケット	マーボー豆腐丼,もやしとニラの和え物(ハム),春雨スープ,麦茶	牛乳,フライドポテト
08	火	牛乳,ビスケット	ミートスパゲティ,切干大根のサラダ,豆腐スープ,麦茶	牛乳,トースト(じゃこ)
09	水	牛乳,せんべい	御飯,めかじきのバーベキューソース,マカロニサラダ,豚汁,麦茶	牛乳,マシュマロクラッカー
10	木	牛乳,ビスケット	カレーライス,チーズ,アスパラマヨドレ和え,麦茶	牛乳,焼きそば
11	金	牛乳,せんべい	御飯,肉じゃが(豚肉),キャベツのゆかりあえ,みそ汁(かぶ・あげ),麦茶	牛乳,いちごジャムサンド
12	土	牛乳,ウエハース	味噌ラーメン,牛乳	
14	月	牛乳,ビスケット	御飯,厚揚げのケチャップ炒め煮,バナナ,みそ汁(キャベツ・えのき),麦茶	牛乳,ツナサンド
15	火	牛乳,ビスケット	けんちんうどん,コロッケ,小松菜のおかかあえ(もやし),麦茶	麦茶,昆布おにぎり
16	水	牛乳,ビスケット	ロールパン,クリームシチュー(鶏肉),三色サラダ,麦茶	牛乳,マカロニきな粉
17	木	牛乳,せんべい	御飯,炒り豆腐,磯の香和え,みそ汁(だいこん・にんじん),麦茶	牛乳,フレークスナック
18	金	牛乳,せんべい	ハヤシライス,しょうゆフレンチサラダ,ヨーグルト,麦茶	牛乳,揚げパン(きなこ)
19	土	牛乳,ウエハース	焼きそば,牛乳	
21	月	牛乳,ビスケット	豆腐ドライカレー,スティックきゅうり,わかめスープ(コーン),麦茶	麦茶,ヨーグルト(みかん),せんべい
22	火	牛乳,ビスケット	わかめ御飯,さばの葱焼,ひじきと大豆の炒り煮,豆腐みそ汁(なめこ),麦茶	牛乳,じゃがバター
23	水	牛乳,ビスケット	御飯,チンジャオロース,春雨中華風あえ,中華スープ(白菜),麦茶	牛乳,パンせんべい
24	木	牛乳,せんべい	黒糖ロール,チキン南蛮,スマイルポテト,ブロッコリーの香り和え,コーンクリームスープ,麦茶	牛乳,ごまのパウンドケーキ
25	金	牛乳,せんべい	たけのこ御飯,鶏つくね焼き,ほうれん草のごま和え,花麩のすまし汁(えのき),麦茶	牛乳,フルーツサンド
26	土	牛乳,ウエハース	ナポリタン,牛乳	
28	月	牛乳,ビスケット	御飯,回鍋肉,チーズ,中華スープ(ニラ玉),麦茶	牛乳,りんご,いりこのカリカリおやつ
30	水	牛乳,せんべい	ゆかりごはん,蒸しシューマイ,和風サラダ,みそ汁(チンゲン菜),麦茶	牛乳,トースト(コーンマヨ)

・土曜日はその日の人数とバランスを考慮して1品プラスして提供します。ご了承ください。

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	566	23.1	21.3	319	2	211	0.43	0.51	23	5	2.5
3才未満児	429	17.6	16.1	231	1.5	160	0.33	0.38	18	3.9	1.9