

2021年4月 予定献立表

福音幼稚園



ご入園、ご進級おめでとうございます

(月)(火)(水)は、園弁当利用者の献立です。

(月)(火)のみそしると(木)(金)は、全園児給食です。

		1 (金)		2 (金)		
				ごはん にんじん肉巻き 豚かたロース、にんじん 小麦粉、砂糖、しょうゆ、だし、みりん 油 ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー、白だし ゼリー エネルギー 370 kcal たんぱく質 13.2 g 脂質 9.5 g 炭水化物 55.3 g 食塩相当量 0.3 g		
5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)		
ごはん ミートボール 豚ひき肉、パン粉、牛乳 塩、ケチャップ、しょうゆ ウスターソース ほうれん草とコーンのソテー ほうれん草、コーン缶、ベーコン 塩、バター りんご エネルギー 403 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 13.1 g 炭水化物 54.9 g 食塩相当量 0.5 g	入園礼拝 	サンドイッチ 食パン、バター 卵、ハム、チーズ、いちごジャム マヨネーズ ウインナーとブロッコリー ウインナー、ブロッコリー マヨネーズ チーズ	ごはん みそしる 木綿豆腐、まいたけ、たまねぎ だし、みそ 肉じゃが 豚かたロース、じゃがいも にんじん、たまねぎ、しらたき だし、砂糖、しょうゆ、油 キャベツとブロッコリーのごま和え キャベツ、ブロッコリー ごま、砂糖、しょうゆ、白だし	ごはん みそしる いんげん、ごぼう、切干大根 だし、みそ アジフライの野菜あんかけ あじ、塩、小麦粉、パン粉、油 もやし、えのき、にんじん、枝豆 白だし、砂糖、しょうゆ、酢 かたくり粉 春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん コーン缶 砂糖、塩、しょうゆ、酢 ひとロゼリー エネルギー 434 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 11.3 g 炭水化物 67.9 g 食塩相当量 1.8 g		
12 (月)		13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	
ごはん みそしる じゃがいも、ほうれん草、しめじ だし、みそ 豚肉のしょうが焼き 豚かたロース、たまねぎ しょうが、しょうゆ、みりん、油 コールスローサラダ キャベツ、ハム、にんじん、コーン マヨネーズ、フレンチドレッシング ぶどう エネルギー 401 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 12.6 g 炭水化物 56 g 食塩相当量 1.3 g		ごはん みそしる かぶ、みずな、豚ばら だし、みそ 鮭の塩焼き さけ、塩、油 春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン 塩、砂糖、酢、しょうゆ りんご エネルギー 420 kcal たんぱく質 14.1 g 脂質 14.4 g 炭水化物 55.1 g 食塩相当量 1.2 g	ごはん にんじん肉巻き 豚かたロース、にんじん 小麦粉、砂糖、しょうゆ、みりん だし、油 ブロッコリーの白だし和え ブロッコリー 白だし ゼリー エネルギー 370 kcal たんぱく質 13.2 g 脂質 9.5 g 炭水化物 55.3 g 食塩相当量 0.3 g	三色丼 ごはん、鶏ひき肉、にんじん しめじ、いんげん だし、砂糖、しょうゆ、みりん 塩、油、みそ みそしる 豆苗、大根、まいたけ だし、みそ ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 砂糖、酢、しょうゆ エネルギー 405 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 9.5 g 炭水化物 59.9 g 食塩相当量 1.8 g	ロールパン コンソメスープ キャベツ、にんじん、たまねぎ 鶏ガラ、コンソメ 煮込みハンバーグ 合挽肉、たまねぎ、にんじん 木綿豆腐、塩、砂糖、ケチャップ トマトピューレ、中濃ソース キャラっとさん エネルギー 355 kcal たんぱく質 15.6 g 脂質 14.2 g 炭水化物 40.3 g 食塩相当量 1.2 g	
19 (月)		20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	
ごはん みそしる 木綿豆腐、わかめ、たまねぎ だし、みそ ミートボール 豚ひき肉、パン粉、牛乳 塩、ケチャップ、しょうゆ ウスターソース ほうれん草とコーンのソテー ほうれん草、コーン缶、ベーコン 塩、バター りんご エネルギー 432 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 14.1 g 炭水化物 57.8 g 食塩相当量 1.4 g	サンドイッチ 食パン、バター、マヨネーズ 卵、ハム、チーズ いちごジャム みそしる キャベツ、にんじん、まいたけ だし、みそ ウインナーとブロッコリー ウインナー ブロッコリー マヨネーズ いちご エネルギー 394 kcal たんぱく質 15 g 脂質 22.4 g 炭水化物 33.9 g 食塩相当量 2.4 g	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 鶏もも、水煮大豆、さやえんどう 砂糖、しょうゆ、塩、みりん、だし こんにゃくとれんこんのきんぴら こんにゃく、れんこん にんじん、ごま 砂糖、しょうゆ、みりん、ごま油 ゼリー エネルギー 390 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 9.4 g 炭水化物 62.4 g 食塩相当量 0.9 g	ポークカレー ごはん、豚かたロース、鶏ひき肉 たまねぎ、にんじん、じゃがいも 鶏ガラ、カレールウ、だし、油 りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり 塩、レモン汁、フレンチドレッシング ゼリー エネルギー 508 kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 14 g 炭水化物 80.1 g 食塩相当量 1.2 g	ごはん みそしる にんじん、わかめ、切干大根 だし、みそ 鶏肉とキャベツの含め煮 鶏もも、キャベツ、油揚げ、にんじん しめじ、まいたけ 砂糖、塩、しょうゆ、みりん、油 ほうれん草のナムル ほうれん草、もやし、にんじん はるさめ、ごま油、しょうゆ 鶏ガラ オレンジ エネルギー 434 kcal たんぱく質 16 g 脂質 13.1 g 炭水化物 61.4 g 食塩相当量 1.9 g		
26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)		
みそしる 魚河岸揚げ、大根、しいたけ だし、みそ にこにこ弁当 エネルギー 38 kcal たんぱく質 1.7 g 脂質 2.2 g 炭水化物 3.3 g 食塩相当量 0.9 g	ごはん みそしる じゃがいも、たまねぎ、こまつな だし、みそ 鮭の塩焼き さけ、塩、油 春雨サラダ はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン 塩、砂糖、酢、しょうゆ りんご エネルギー 391 kcal たんぱく質 13.1 g 脂質 10.4 g 炭水化物 58.4 g 食塩相当量 1.2 g	ごはん 豚肉のしょうが焼き 豚かたロース、たまねぎ しょうが、しょうゆ、みりん、油 コールスローサラダ キャベツ、ハム、にんじん、コーン マヨネーズ、フレンチドレッシング ぶどう エネルギー 374 kcal たんぱく質 12.3 g 脂質 12.2 g 炭水化物 51.3 g 食塩相当量 0.5 g	祝日 休園			

*都合により献立を変更することがあります。