

2025年4月献立予定表

湯沢乳児保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 牛乳 ビスコ	2 牛乳 せんべい	3 牛乳 リッツ	4 牛乳 せんべい	5 牛乳 せんべい
昼食		ごはん わかめのみそ汁 じゃがいものそぼろ煮 キャベツの中華和え 果物	ごはん オニオンスープ 鶏のマーマレード煮 ほうれん草ののり和え 果物	ごはん すまし汁 豚肉のケチャップ炒め ブロッコリーのおひたし 果物	ごはん なめこのみそ汁 ホッケの塩焼き サラスパサラダ 果物	たぬきうどん 鶏の甘煮 きのこの煮びたし 果物
午後		牛乳 スティックパイ	麦茶 ひじきおにぎり	プリン せんべい	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 ビスケット
午前	7 牛乳 せんべい	8 牛乳 ウエハース	9 牛乳 せんべい	10 牛乳 クラッカー	11 牛乳 せんべい	12 牛乳 せんべい
昼食	ごはん 豚汁 鮭の塩焼き 切り干し大根の炒め煮 果物	ごはん かぶのみそ汁 鶏のごまみそ焼き もやしのゆかり和え 果物	焼きそば もずくスープ さつまスティック 果物	ごはん えのきと豆腐のみそ汁 サバたまカレー煮 春雨サラダ 果物	ごはん わかめスープ ハンバーグ ポイルブロッコリー 果物	にゅう麺 鶏の塩焼き 青菜と人参の和え物 果物
午後	牛乳 たぬきおにぎり	フルーチェ せんべい	牛乳 カレーピラフ	牛乳 お麩ラスク	麦茶 おかかおにぎり	牛乳 サブレ
午前	14 牛乳 せんべい	15 牛乳 クラッカー	16 牛乳 せんべい	17 牛乳 ビスケット	18 牛乳 せんべい	19 牛乳 せんべい
昼食	ごはん 麺スープ 照り焼きチキン キャベツの塩昆布和え 果物	ごはん けんちん汁 タラの西京漬け焼き 三色ごま和え 果物	ハヤシライス 野菜スープ 小松菜とコーンの和え物 果物	ごはん もやしのみそ汁 焼き肉 ブロッコリーのおひたし 果物	ごはん さつま汁 チキンオープン焼き マカロニサラダ 果物	麻婆丼 野菜たっぷりみそ汁 ポリポリ胡瓜 果物
午後	牛乳 ウィナーピラフ	牛乳 スティックパン	麦茶 鮭わかめおにぎり	牛乳 せんべい	牛乳 ホイップサンド	牛乳 ビスコ
午前	21 牛乳 せんべい	22 牛乳 リッツ	23 牛乳 せんべい	24 牛乳 ビスコ	25 牛乳 せんべい	26 牛乳 せんべい
昼食	ごはん 豆腐のみそ汁 白身魚フライ 華風サラダ 果物	ビビンバ丼 中華スープ 焼きポテト 果物	なめこうどん 肉団子 小松菜のおひたし 果物	ごはん 玉ねぎのみそ汁 さんまのみぞれ煮 ポテトサラダ 果物	ごはん 白菜のみそ汁 やみつきチキン ナムル野菜 果物	ぎつねうどん 鶏とじゃがいものココロ煮 二色和え 果物
午後	麦茶 チーズおかかおにぎり	牛乳 ミニクロワッサン	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 チャーハンおにぎり	牛乳 ウエハース
午前	28 牛乳 せんべい	29 昭和の日	30 牛乳 せんべい	 元気の源・朝ごはん  <p>1日元気に過ごすために、朝ごはんをしっかり食べましょう。夜寝ている間に体温は下がりますが、朝ごはんを食べることで上がっていき、体を動かす準備や脳が働くためのエネルギーに変わります。朝ごはんを食べていないと集中力に差が出てきます。朝ごはんは大切です。</p>		
昼食	ごはん 根菜汁 鮭の塩こうじ焼き ひじき炒め煮 果物		カレーライス わかめスープ コールスローサラダ 果物			
午後	牛乳 ごましおおにぎり		麦茶 ゆかりおにぎり			

◎ 献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。

今月の1人当たりの栄養量は、457kcal、たんぱく質 18.6g、脂質 14.9g、カルシウム 222mg、鉄 1.6mg、塩分 1.3g