



令和3年度 4月の献立表



ミッキー保育園 (泉中央園)

日	曜	午前のおやつ (1、2歳児)	主食	昼食献立名	午後のおやつ
1	木	牛乳	ごはん	鮭のチーマヨ焼き 小松菜のごま和え じゃがいものみそ汁 パナナ	ホームパイ オレンジ 牛乳
2	金	せんべい 麦茶	ごはん	スパニッシュオムレツ チンゲン菜のソテー ほうれん草のみそ汁	パンベルデュ 牛乳
3	土	牛乳	ごはん	さばのみそ煮 カラフルごま和え 豆腐のすまし汁	ビスケット バナナ 牛乳
4	日	牛乳	あんかけうどん	さつまいものきな粉がけ ヨーグルト リンゴジュース	ゆかりおにぎり 牛乳
5	月	牛乳	ごはん	酢豚甘酢炒め 中華きゅうり えのきのスープ グレープフルーツ	お豆腐ブラウニー 牛乳
6	火	牛乳	ロールパン	ミートローフ フレンチサラダ マカロニスープ	フライドポテト りんごジュース
7	水	クッキー 麦茶	ごはん	鶏じゃが ブロッコリーの和え物 大根のみそ汁 グレープフルーツ	トマトチーズ蒸しパン 牛乳
8	木	ジョア (マスカット)	ごはん	豆腐のふわふわ卵焼き だいこんのそぼろ煮 しめじのみそ汁	塩せんべい オレンジ 牛乳
9	金	ホームパイ 牛乳	スパゲッティ ナポリタン	ツナサラダ コーンスープ みかん缶	カレーエビピラフ 牛乳
10	土	牛乳	ごはん	鮭の塩こうじ焼き ほうれん草のなめたけ和え 豆腐のみそ汁	ビスケット バナナ 牛乳
11	日	牛乳	油麩丼	白菜の和風和え 小松菜のみそ汁 オレンジ	塩せんべい グレープフルーツ 牛乳
12	月	せんべい 麦茶	みそ豆乳 うどん	フライビーンズ みかん缶 牛乳	筍と菜の花の混ぜごはん 牛乳
13	火	りんごジュース	ごはん	チャンプルー 春キャベツのごま酢サラダ 玉ねぎのみそ汁	ピザトースト 牛乳
14	水	せんべい 麦茶	黒糖パン	照り焼きチキン 小松菜のおかか炒め 白菜のスープ オレンジ	クラムチャウダー
15	木	牛乳	ごはん	さわらのごまみそ焼き ひじきの五目煮 かきたま汁	ホームパイ バナナ 牛乳
16	金	クッキー 牛乳	ごはん	とろっとチーズハンバーグ えびとブロッコリーのソテー 彩りコンソメスープ オレンジ	豆乳バナナケーキ 牛乳
17	土	牛乳	ごはん	たらの野菜あん いそべ和え 玉ねぎのみそ汁	塩せんべい パナナ 牛乳
18	日	牛乳	野菜タンメン	ジャーマンポテト グレープフルーツ ジョア(マスカット)	わかめおにぎり 牛乳
19	月	牛乳	ごはん	チーズオムレツ 春雨の炒め物 厚揚げのみそ汁 オレンジ	ミルクかりんとう 牛乳
20	火	牛乳	ごはん	かじきのピザ焼き 塩昆布和え 里芋のみそ汁	ミートソースペンネ 牛乳
21	水	飲む ヨーグルト	チキンカレー	コールスロー りんごゼリー 牛乳	いちごのケーキ 牛乳
22	木	ビスケット 麦茶	ごはん	鶏肉ののりマヨ焼き 鉄分たっぷりサラダ 根菜汁	塩せんべい パナナ 牛乳
23	金	りんごジュース	ジャムサンド	豆乳サーモンスープ さっぱりマカロニサラダ みかん缶	鶏肉と卵の彩りごはん 牛乳
24	土	牛乳	ごはん	鶏肉のパーベキューソース 小松菜のお浸し 豆腐のみそ汁	クッキー バナナ 牛乳
25	日	牛乳	マーボー豆腐 丼	シャキシャキ塩ナムル コンソメスープ オレンジ	せんべい グレープフルーツ 牛乳
26	月	せんべい 麦茶	ごはん	かぼちゃのキッシュ 春雨とチンゲン菜のソテー なめこのみそ汁 オレンジ	チョコチップスコーン 牛乳
27	火	牛乳	ごはん	豆腐入り松風焼き もやしのナムル かぼちゃのみそ汁	フルーツヨーグルト
28	水	牛乳	ごはん	かじきのケチャップ和え 切り干し大根の煮物 キャベツのみそ汁	塩せんべい オレンジ 牛乳
29	木	牛乳	ごはん	豚のしょうが焼き 小松菜のごま和え 春雨スープ	クッキー バナナ 牛乳
30	金	クッキー 牛乳	ごはん	たらのたっぷりコーン焼き チンゲン菜の煮びたし さつまいも汁 オレンジ	野菜にゆうめん

※お願い! 給食準備の都合上、9:00までに欠席・遅刻の連絡を入れてください。

※人数、材料等により、メニューが変更になる場合がありますのでご了承下さい。

※月、水、金は手作りおやつです。お誕生日会は21日(水)です。



	未満児 栄養給与量	以上児 栄養給与量
エネルギー(kcal)	517(470)	609(590)
タンパク質(g)	19.5 (18.7)	22.8 (23.7)
脂質(g)	15.8 (14.7)	19.0 (15.8)
食塩相当量(g)	1.3	1.7

※( )は保育園目標値  
栄養給与量は普通食の栄養量です。