

## 平成 30年度 4 月分 献立表

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	日				
2	月	クラッカー・カルピス	カレーライス・マカロニサラダ・オレンジ		おととクラッカー・牛乳
3	火	キンピアスパラス・牛乳	ミルクパン・サーモンムニエル・春野菜サラダ・人参ポタージュ		ロッククッキー
4	水	エントリー・牛乳	ごはん・鶏のから揚げ・もやしのゴマ和え・中華スープ		ピザトースト・牛乳
5	木	じゃこ揚げせん・カルピス	豆パン・ポークチャップ・蒸し野菜・コンソメスープ		ストロベリーヨーグルト
6	金	ココナッツサブレ・牛乳	ふりかけごはん・すき焼き風煮・青梗菜のしらす和え・味噌汁		ホットケーキ・牛乳
7	土	動物ビスケット・牛乳	あんかけうどん・きんぴらごぼう		クッキー
8	日				
9	月	ムーンライト・カルピス	黒糖パン・ポトフ・ツナスパサラダ・チーズ		わかめおにぎり
10	火	動物ビスケット・牛乳	帯広豚丼・じゃこ胡瓜の酢の物・すまし汁		りんごマフィン・牛乳
11	水	エントリー・牛乳	ごはん・鯖の煮付・里芋にころがし・菜種和え・味噌汁		ラスク・牛乳
12	木	じゃこ揚げせん・カルピス	ロールパン・ハンバーグ・ポテトサラダ・スープ		フルーツポンチ
13	金	ココナッツサブレ・牛乳	焼きそば・ナムル・かきたまスープ		セサミクッキー・牛乳
14	土	クラッカー・牛乳	ゆかりごはん・肉じゃが・味噌汁		クッキー
15	日				
16	月	ココナッツサブレ・カルピス	豆パン・タンドリーチキン・ブロッコリー・南瓜サラダ・コンソメスープ		チーズ蒸しパン・牛乳
17	火	じゃこ揚げせん・牛乳	豚骨ラーメン・中華和え・バナナ		アメリカンドック・カルピス
18	水	エントリー・牛乳	ぶどうパン・えびフライ・野菜サラダ・オニオンスープ		ブラウニーケーキ
19	木	クラッカー・カルピス	ふりかけごはん・千草焼き・ぼん酢和え・りんご・すまし汁		じゃが丸くん・牛乳
20	金	動物ビスケット・牛乳	ごはん・鯖の塩焼き・高野豆腐の含め煮・土佐和え・味噌汁		ジャムサンド・牛乳
21	土	キンピアスパラス・牛乳	中華丼・もやしの和え物・わかめスープ		クッキー
22	日				
23	月	じゃこ揚げせん・カルピス	ごはん・筑前煮・春雨の和え物・味噌汁		メープルトースト・牛乳
24	火	クラッカー・牛乳	* お弁当日 *		いちご大福
25	水	ココナッツサブレ・牛乳	ロールパン・フィッシュ&チップス・ミネストローネ		ふりかけおにぎり
26	木	エントリー・カルピス	ごはん・豚肉の生姜炒め・おかか和え・味噌汁		揚げたこ焼き・牛乳
27	金	キンピアスパラス・牛乳	ハヤシライス・サラダ・オレンジ		プリン
28	土	動物ビスケット・牛乳	和風ちりめんスパゲティ・キャベツサラダ・コンソメスープ		クッキー
29	日				
30	月		* 昭和の日振替休日 *		

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	573	22.4	17.8	240	2.4	177	0.27	0.35	28	4.0	2.2
目標量	580	21.8	16.1	261	2.4	207	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	99%	103%	110.6%	92%	100.0%	86%	87%	100%	156%	89%	116%
3才未満児	503	19.2	15.8	247	1.8	158	0.28	0.35	21	3.1	1.6
目標量	510	19.1	14	237	2.5	210	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	99%	101%	112%	104%	72%	75%	100%	113%	111%	76%	89%

