4がつのこんだて

社会福祉法人 江刺保育園

	月	火	水	木	金	土
未:熱/蛋/脂	457Kcal／16.1g／17.1g	446Kcal／16.5g／11.0g	354Kcal／11.6g／10.6g		459Kcal／16.9g／13.0g	443Kcal／20.0g／15.2g
以:熱/蛋/脂	359Kcal／15.7g／18.1g	354Kcal／16.5g／11.1g	218Kcal／8.6g／9.2g		373Kcal／17.4g／14.7g	341Kcal／18.9g／15.3g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	入園式 9時～9時半登園	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん		むぎごはん	むぎごはん
昼食	1 あげどうふ やさいいため なっとう きのこじる いちご むぎちゃ	2 ぶたにくとアスパラいため さつまいものあまに キャベツのみそしる でこぽん むぎちゃ	3 ポテトグラタン ほうれんそうのごまあえ ミニトマト ながねぎとあぶらあげのみそしる バナナ むぎちゃ	4 おせきはん　かぼちゃボーロ バナナ　ミニぎゅうにゅう	5 とうふいりわふうハンバーグ きのこソテー キャベツのみそしる いちご むぎちゃ	6 たいのしおやき はるやさいのいためもの なめこじる バナナ むぎちゃ
午後おやつ	そうかせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	チーズむしケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	12時降園(入園式準備のため)		かぼちゃもち ぎゅうにゅう(未100 以200)	ミレービスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂	423Kcal／18.8g／11.2g	441Kcal／19.8g／10.6g	444Kcal／19.7g／10.2g	474Kcal／13.9g／9.9g	430Kcal／15.7g／11.1g	442Kcal／16.7g／12.6g
以:熱/蛋/脂	373Kcal／24.3g／15.2g	352Kcal／21.1g／10.9g	357Kcal／18.7g／11.2g	572Kcal／16.2g／11.0g	358Kcal／17.2g／12.1g	364Kcal／17.5g／14.2g
未満児午前おやつ	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	バナナ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	わかめごはん	ウルトラマンカレー コーンとあおなのスープ さくらのいちごゼリー	むぎごはん	むぎごはん
昼食	8 ささみのみそづけやき ひじきいため もやしのみそしる バナナ むぎちゃ	9 まぐろのチャンチャンやき こふきいも こまつなのみそしる いちご むぎちゃ	10 たらのホイルやき ブロッコリーのソテー まめまめじる プルーン むぎちゃ	11 お弁当はいりません おしぼりをぬらして きてください むぎちゃ アンパンマンケーキ ジョア(マスカット)	12 ぶたにくのカリカリあげ さつまいもキントン ブロッコリー クラムチャウダー バナナ むぎちゃ	13 にくみそどうふ ほうれんそうとしめじのあえもの ミニトマト じゃがいものみそしる でこぽん むぎちゃ
午後おやつ	セサミクラッカー ぎゅうにゅう(未100 以200)	ブルーベリージャムサンド ぎゅうにゅう(未100 以200)	きなこだんご 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)		とっとちゃんせんべい 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	カルシウムせん ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂	455Kcal／15.0g／13.7g	465Kcal／20.9g／13.6g	449Kcal／13.5g／15.2g	431Kcal／17.5g／16.0g	327Kcal／10.7g／8.6g	435Kcal／17.2g／13.0g
以:熱/蛋/脂	378Kcal／15.6g／15.4g	343Kcal／18.3g／11.8g	352Kcal／13.7g／17.2g	344Kcal／16.9g／17.5g	327Kcal／10.7g／8.6g	340Kcal／18.2g／13.5g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	手作り弁当日	むぎごはん
昼食	15 ぶたレバーのあまからに マカロニサラダ なまあげのみそしる いちご むぎちゃ	16 さわらとごぼうのにもの かぼちゃのあまに ミニトマト おまめのスープ でこぽん むぎちゃ	17 ぶたにくオレンジソース アスパラマヨネーズ あさりじる バナナ むぎちゃ	18 たけのこだんご なのはなのあえもの たまねぎのみそしる いちご むぎちゃ	19 おかず入りのお弁当を お願いします バナナ 	20 とりにくのサッパリに たんざくサラダ なめこじる バナナ むぎちゃ
午後おやつ	チーズいりドーナツ 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	わふうミートスパゲッティ	ミロスコーン ぎゅうにゅう(100)	かーさんビスケット ぎゅうにゅう(未100 以200)	たけのこおにぎり ぎゅうにゅう(未100 以200)	しおせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂	420Kcal／13.8g／11.7g	433Kcal／15.1g／15.4g	458Kcal／22.1g／14.4g	448Kcal／18.3g／14.2g	430Kcal／16.9g／14.9g	444Kcal／20.0g／10.2g
以:熱/蛋/脂	345Kcal／14.1／13.6g	357Kcal／15.6g／17.4g	351Kcal／20.9g／14.5g	369Kcal／20.1g／17.2g	366Kcal／18.7g／19.3g	351Kcal／22.0g／10.7g
未満児午前おやつ	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	おこさませんべい むぎちゃ	ぎゅうにゅう(100)
未満児主食	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん
昼食	22 にくだんご わかめときゅうりのすのもの ミニトマト かぶのみそしる バナナ むぎちゃ	23 あつあげのごまに アスパラガスのじゃこあえ さつまじる いちご むぎちゃ	24 ぶりのみそに じゃこレタス ミニトマト じゃがいものみそしる でこぽん むぎちゃ	25 アスパラミンチ きりぼしだいこんのにもの なっとう わかめじる プルーン むぎちゃ	26 さわらのいそべあげ たけのこのおかかサラダ だいこんじる いちご むぎちゃ	27 ささみのあまみそいため さつまいものあまに こおりどうふのみそしる バナナ むぎちゃ
午後おやつ	チーズじゃがもち 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	フレンチドック 未:むぎちゃ 以:ぎゅうにゅう(100)	やきうどん ぎゅうにゅう(以のみ100)	こめぼうくん ぎゅうにゅう(未100 以200)	にんじんポッキー ぎゅうにゅう(未100 以200)	かんパン ぎゅうにゅう(未100 以200)
未:熱/蛋/脂						
以:熱/蛋/脂						
未満児午前おやつ	昭和の日	退位の日				
未満児主食						
昼食	29 	30 				
午後おやつ						

誕生祝会(新入児歓迎会)

移動図書館

身体測定

防犯広報活動(すみれ)

保護者会役員会

健康診断

避難訓練

運動遊び(すみれ)

～ご入園・ご進級おめでとうございます～

新年度がスタートしました。18名の新しいおともだちを迎え、総勢88名でのスタートです。

子どもたちが毎日元気いっぱい過ごせるよう、楽しくおいしく安全な給食提供に努めます。今年度もよろしくお願いいたします。

給食室

栄養量の表記について

黄色の枠内に毎日の**カロリー**・**蛋白質**・**脂質**の摂取量を記載しています

3歳未満児：上段　午前おやつ+昼食(主食含む)+午後おやつ
目標量 440Kcal／14～22g／10～15g

3歳以上児：下段　昼食(副食のみ)+午後おやつ
目標量 360Kcal／15～25g／12～18g