

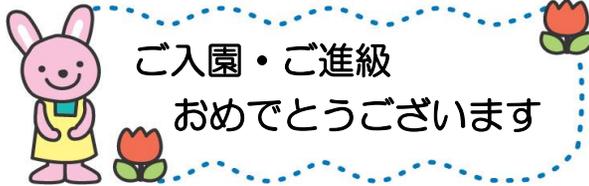
4月予定献立表



広田保育園

	月	火	水	木	金	土
以上児 副食	今月の1日平均栄養摂取量 エネルギー：428kcal たんぱく質：18.2g 脂肪：18.4g			4 入園式 お祝い品があります	5 ・カレー ・スパゲティーサラダ ・菜の花の清汁 ・いちご	6 ・挽肉そぼろ ・炒り卵 ・青菜のお浸し ・牛乳 ・バナナ
おやつ						・ヨーグルト ・せんべい
以上児 副食	8 ・マーボー豆腐 ・拌三糸 ・ささみスープ ・オレンジ	9 ・シチュー ・ウィンナーソテー ・フロッキーサラダ ・バナナ	10 ・ひじき卵 ・切干サラダ ・もやしの味噌汁 ・いちご	11 ・煮魚 ・青菜の煮浸し ・豚汁 ・バナナ	12 ・鶏みそ焼き ・わかめサラダ ・五目スープ ・オレンジ	13 手作り弁当の日 ・牛乳
おやつ	・ホットケーキ ・牛乳	・オレンジゼリー ・せんべい	・しょうゆだんご ・牛乳	・スイートポテト ・牛乳	・ジャムサンド ・牛乳	
以上児 副食	15 ・さつま芋入り卵焼き ・マカロニツナサラダ ・五目うどん ・キウイフルーツ	16 ・つくね焼き ・ドレッシングサラダ ・豆腐のみそ汁 ・バナナ	17 ・鶏のから揚げ ・カリフラワーサラダ ・野菜ミルクスープ ・いちご	18 ・肉じゃが ・ピーナツ和え ・大根汁 ・オレンジ	19 ・えびグラタン ・三色ソテー ・春雨スープ ・ミニトマト	20 ・変わり納豆 ・南瓜の甘煮 ・牛乳 ・バナナ
おやつ	・白玉だんご黒蜜かけ ・牛乳	・ドーナツ ・牛乳	・クッキー ・牛乳	・なべ焼き ・牛乳	・フルーツゼリー ・せんべい	
以上児 副食	22 ・肉豆腐 ・チーズサラダ ・南瓜のみそ汁 ・オレンジ	23 ・ローストチキン ・アスパラサラダ ・ワンタンスープ ・ミニトマト	24 ・親子煮 ・いんげんごま和え ・じゃが芋みそ汁 ・バナナ	25 お誕生会 ・五目ぶかし ・魚の照り焼き ・わかめの酢の物 ・若筍スープ ・いちご	26 ・焼きししゃも ・切干大根炒り煮 ・かきたま汁 ・オレンジ	27 ・はんぺんチーズ焼き ・コーンサラダ ・牛乳 ・キウイフルーツ
おやつ	・人参バターケーキ ・牛乳	・カルピスゼリー ・せんべい	・くるみゆべし ・牛乳	・ケーキ ・牛乳	・ハムサンド ・牛乳	

1年間よろしくお願ひします



栄養摂取量

以上児の保育園おける1日の栄養
 給与目標量は エネルギー400kcal、
 たんぱく質20g、脂質12~19gです
 目標値&予定値の数字には家庭から
 持参するご飯の栄養量は含まれて
 いません。



朝食は必ず
 摂らせて下さい。

快食・快眠・快便

朝食をしっかりと食べると
 “うんち”がでやすくなって、
 1日を元気に過ごせます。
 規則正しい生活リズムを
 身につけて元気な体を作っ
 て行きましよう!



おしらせ

毎月のお誕生会は、全員
 完全給食です

お箸セットだけを持たせて
 下さい



お知らせ

5日から給食が始まひます。

以上児は副食給食なのでお弁当に
 ご飯を入れ、お箸 or お箸セット(お箸・
 スプーン・フォーク)を持たせて下さい。
 ご飯の量はお家で食べているお茶碗に
 盛ってみてから詰めて下さい。
 最初は少な目にして全部食べられるよう
 に加減して下さい。
 ご飯の上にふりかけなどはかけないで
 下さい

(梅干しは殺菌の意味もある
 のでOKです)

土曜日と同じ様に給食
 があります。



おねがひ

毎月第2土曜日は手作り弁当の日です
 お弁当の準備をお願いします

※行事・曜日配列等により
 多少の変更があります