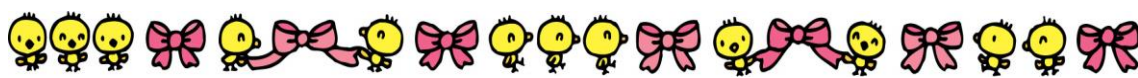


# 4月予定献立表



広田保育園

	月	火	水	木	金	土
未満児 主食 副食	<b>今月の1日平均栄養摂取量</b> エネルギー：476kcal たんぱく質：17.6g 脂肪：15.9g 		4 入園式 お祝品が あります 	5 ごはん ・カレー ・マカロニサラダ ・菜の花の清汁 ・いちご ・ヨーグルト ・せんべい	6 ごはん ・マーボー豆腐 ・中華風サラダ ・わかめスープ ・ミニトマト ・ホットケーキ ・牛乳	7 ごはん ・変わり納豆 ・かぼちゃ含め煮 ・青菜の味噌汁 ・バナナ
未満児 主食 副食	9 ごはん ・シチュー ・ウィンナーソテー ・ブロッコリーごま和え ・いちご ・オレンジゼリー ・せんべい	10 ごはん ・煮魚 ・煮浸し ・豚汁 ・オレンジ ・しょうゆ団子 ・牛乳	11 ごはん ・ツナとチーズの卵焼き ・もやし中華和え ・豆腐のみそ汁 ・ミニトマト ・ジャムサンド ・牛乳	12 ごはん ・肉じゃが ・切干サラダ ・しめじの味噌汁 ・バナナ ・ドーナツ ・牛乳	13 ごはん ・鶏からあげ ・カブフラワーサラダ ・もやし味噌汁 ・いちご ・五平もち ・牛乳	14 手作り弁当 ・牛乳 
未満児 主食 副食	16 ごはん ・肉豆腐 ・さつま芋サラダ ・大根汁 ・オレンジ ・クッキー ・牛乳	17 ごはん ・ゆで卵ミートソースかけ ・ジャーマンポテト ・わかめの味噌汁 ・キウイフルーツ ・カルピスゼリー ・せんべい	18 ごはん ・パインとハムのステーキ ・にらと挽肉の卵とじ ・けんちん汁 ・いちご ・よもぎまんじゅう ・牛乳	19 ごはん ・サバのみそ煮 ・干草和え ・五目うどん ・バナナ ・スイートポテト ・牛乳	20 ごはん ・中華ローストチキン ・ひじきサラダ ・凍豆腐の清汁 ・ミニトマト ・ごまだんご ・牛乳	21 ごはん ・ハムピカタ ・玉葱とベーコンの カレー炒め ・わかめスープ ・バナナ
未満児 主食 副食	23 ごはん ・親子煮 ・三色サラダ ・なめこ汁 ・キウイフルーツ ・フルーツヨーグルト ・せんべい	24 ごはん ・マカロニグラタン ・わかめサラダ ・じゃが芋の味噌汁 ・ミニトマト ・くるみゆべし ・牛乳	25 ごはん ・炒り豆腐 ・ごまもやし ・かにばっとう ・オレンジ ・アメリカンドック ・牛乳	26 お誕生会 ・焼きそば ・エビフライ ・ポテトサラダ ・すまし汁 ・いちご ・ケーキ ・牛乳	27 ごはん ・つくね焼き ・ごま酢キャベツ ・五目味噌汁 ・バナナ ・ハムサンド ・牛乳	28 ごはん ・挽肉そぼろ ・炒り卵 ・青菜のお浸し ・茄子の味噌汁 ・ミニトマト

## 栄養摂取量

保育園における1日の栄養摂取  
 目標量は エネルギー400kcal、  
 たんぱく質20g、脂質12~19gです  
 目標量&摂取量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



ご入園・ご進級  
 おめでとうございます



## おしらせ

5日から給食が始まります。  
 未満児は完全給食なのでお弁当箱・  
 お箸セットは要りません  
 土曜日と同じように給食があります。  
 未満児は午前中に牛乳・ヨーグルト・  
 バナナなど軽いおやつを9時30分ごろ  
 頂きます。  
 離乳食は家庭と連絡を取りながら進め  
 ていきたいと思っておりますのでよろしくお願  
 い致します

朝食は必ず  
 とらせて下さい。

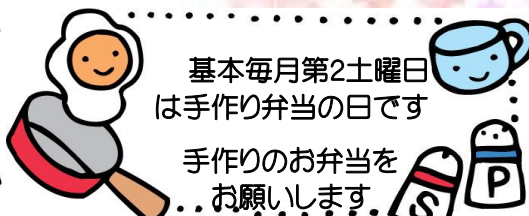


## 快食・快眠・快便

朝食をしっかり食べると  
 “ウンチ”が出やすくなって、  
 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  
 て行きましょう！

## おねがい

基本毎月第2土曜日  
 は手作り弁当の日です  
 手作りのお弁当を  
 ...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

## おしらせ

体調不良など何か  
 気を付けて欲しいこと  
 などありましたら  
 遠慮なくお伝え  
 ください

