



すみだ中和こころ保育園
令和3年度4月(卯月) 献立表



目標～楽しく食べよう～
テーマ野菜：グリーンピース



※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の主食とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり個々の食量に応じて変動します。
※一日の幼児主食おやつ分のカロリー基準450kcal

曜日	ご入園・ご進級おめでとうございます						木 1	金 2	土 3
予定							入園式		
昼食	春の陽気と共に、新年度がスタートしました。 今年度も保育園で過ごす1日1日を大切に、美味しく、安心・安全な給食を提供していきます。 今年度は、日本各地の『郷土食』を毎月献立に取り入れていきます。食を通して、日本の文化や歴史に触れていく事が出来ればと思います。						<ul style="list-style-type: none"> チキンライス 南瓜サラダ パイザヌススープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 カレイのカレーパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 ひじきの煮物 若布と豆腐の味噌汁 ヨーグルト
午後のおやつ	4月は『千葉県』。名産である菜の花は今が旬です。独特な香りや苦みがある食材ですが、子ども達が食べやすい味						<ul style="list-style-type: none"> チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ゆかりおにぎり 牛乳
kcal							568	498	612
日	5	6	7	8	9	10	野菜の日		
予定				野菜の日					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 胚芽ご飯 鮭の塩焼き 付)レモン アスパラと人参の金平 じゃが芋とほうれん草の味噌汁 フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ピースカレー 春キャベツのコールスローサラダ オニオンスープ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏じゃが ほうれん草のポン酢和え 水菜とお鮎のすまし汁 いちご 	<ul style="list-style-type: none"> 油麩の卵とじ丼 春雨の胡麻酢和え 南瓜と玉葱の味噌汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 春キャベツ焼きそば 胡瓜とささみのさっぱり和え レタスとえのきのスープ 奥生柑 	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 りんご 			
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 新牛乳と豚肉の炊き込みご飯 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> いちごジャムサンド 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 味噌ポテト 小魚 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ツナとひじきの炊き込みご飯 小魚 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 若布のおにぎり 牛乳 			
kcal	479	550	530	533	569	567			
日	12	13	14	15	16	17			
予定	テーマ野菜の日(グリーンピース)		郷土食の日(千葉県)						
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 五目うどん 南瓜の甘煮 胡瓜と若布の酢の物 りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ピースご飯 グリーンピース入りコロッケ 千切り野菜～オレンジドレッシング～ スナップエンドウの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 麦ご飯 サンガ焼き 菜の花のマヨ和え 若竹汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> チキンライス 南瓜サラダ パイザヌススープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 カレイのカレーパン粉焼き キャベツと油揚げのお浸し 大根と椎茸の味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 ひじきの煮物 若布と豆腐の味噌汁 ヨーグルト 			
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 鮭の春色おにぎり 小魚 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 葡萄と鯖さやのあんかけ丼 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 南瓜マフィン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> クリームパン ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ゆかりおにぎり 牛乳 			
kcal	461	611	548	568	498	612			
日	19	20	21	22	23	24			
予定	入園・進級お祝い献立			衛生会、0歳児検診					
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 胚芽ご飯 鮭の塩焼き 付)レモン アスパラと人参の金平 じゃが芋と若布の味噌汁 フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ピースカレー 春キャベツのコールスローサラダ オニオンスープ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 赤飯 鶏のから揚げ ほうれん草のポン酢和え 花鮎のすまし汁 いちご 	<ul style="list-style-type: none"> にんじんご飯 チーズハンバーグ 人参グラッセ 春野菜とベーコンのサラダ 花鮎のすまし汁 マカロニスープ オレンジゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> 春キャベツ焼きそば 胡瓜とささみのさっぱり和え レタスとえのきのスープ 奥生柑 	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 小松菜の海苔和え 大根と油揚げの味噌汁 りんご 			
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 新牛乳と豚肉の炊き込みご飯 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> お祝い2色ジャムサンド 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ロールケーキ～フルーツ添え～ ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ツナとひじきの炊き込みご飯 小魚 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 若布のおにぎり 牛乳 			
kcal	479	550	590	717	569	567			
日	26	27	28	29	30				
予定	テーマ野菜の日(グリーンピース)			昭和の日	端午の節句献立				
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 五目うどん 南瓜の甘煮 胡瓜と若布の酢の物 りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ピースご飯 グリーンピース入りコロッケ 千切り野菜～オレンジドレッシング～ スナップエンドウの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> バターロール ポークチャップ 新ごぼうのサラダ 丸ごとかぶのスープ オレンジ 		<ul style="list-style-type: none"> 葡萄ごはん 鰯の照り焼き 蓮根の甘酢漬 大根と三つ葉のすまし汁 いちご 				
午後のおやつ	<ul style="list-style-type: none"> 鮭の春色おにぎり 小魚 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 葡萄と鯖さやのあんかけ丼 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> 米粉入りお好み焼き 牛乳 		<ul style="list-style-type: none"> ちまき 緑茶 				
kcal	461	611	601		466				