

2022年

4月のこんだて

【新庄保育園】

日曜日付	曜日	朝間食	昼食	主な材料と体内での働き			昼間食	乳児栄養価	幼児栄養価
				主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの			
1	金	牛乳 味しらべ ●完了 小魚せんべい	◆入園・進級お祝いメニュー◆ ピラフ ナゲット ブロッコリーのごまネーズ 乳酸菌飲料	米 油 白ごま すりごま エッグケアマヨ	荒挽きウインナー チキンナゲット	玉葱 人参 ドライパセリ スナッフエンドウ ブロッコリー 人参	牛乳 ぐりとぐらのカステラ風	エ 579 kcal た 18.2 g 脂 20.4 g 食塩 2.6 g	エ 679 kcal た 23.3 g 脂 24.2 g 食塩 3.1 g
2	土	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナボーロ	豚丼 オレンジ	米	豚小間	玉葱 人参 インゲン オレンジ	牛乳 うすやきせんべい ●完了 マンナウエハース	エ 435 kcal た 16.9 g 脂 14.1 g 食塩 0.8 g	エ 463 kcal た 17.3 g 脂 12.7 g 食塩 0.8 g
4	月	牛乳 ビスケット	ごはん 豚肉の蒲焼風 小松菜の和え物 すまし汁 りんご	米	豚ロース	小松菜 人参 玉葱 わかめ りんご	牛乳 きなこ麩	エ 499 kcal た 19.7 g 脂 20.1 g 食塩 1.4 g	エ 593 kcal た 24.6 g 脂 25.7 g 食塩 1.6 g
5	火	牛乳 白い風船	◇愛情弁当の日（さくら・どんぐり）◇ ごはん コロッケ 油 マカロニサラダ オレンジ	米 コロッケ 油 マカロニ エッグケアマヨ		きゅうり 人参 オレンジ	牛乳 パウンドケーキ	エ 502 kcal た 12.0 g 脂 18.4 g 食塩 1.1 g	エ 611 kcal た 14.3 g 脂 22.4 g 食塩 1.3 g
6	水	牛乳 マンナビスケット	ごはん 鯖の塩焼き 白菜の煮ひだし 味噌汁 パナナ	米	さば ちくわ きざみあげ	白菜 人参 大根 パナナ	牛乳 オレンジゼリー	エ 475 kcal た 17.0 g 脂 19.9 g 食塩 1.6 g	エ 581 kcal た 20.4 g 脂 22.4 g 食塩 1.8 g
7	木	牛乳 カルシウムせんべい ●完了 マンナボーロ	ごはん 炒り豆腐 さつまいもの甘辛焼き パイナップル	米 油 さつまいも	木綿豆腐 荒挽きウインナー	玉葱 人参 インゲン パイナップル	※お茶 きつねおにぎり	エ 518 kcal た 14.8 g 脂 10.2 g 食塩 1.1 g	エ 548 kcal た 16.4 g 脂 10.8 g 食塩 1.2 g
8	金	牛乳 星たべよ	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ブロッコリーのドレッシング和え りんご	米 油 油	豚小間	玉葱 ピーマン ブロッコリー 人参 コーン りんご	牛乳 サブレ	エ 482 kcal た 16.2 g 脂 17.0 g 食塩 0.9 g	エ 570 kcal た 20.1 g 脂 22.0 g 食塩 0.8 g
9	土	牛乳 味しらべ ●完了 鉄入りビスケット	野菜ラーメン グレープフルーツ	ラーメン 油	鶏モモ	キャベツ 玉葱 人参 青葱 グレープフルーツ	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 かぼちゃクッキー	エ 399 kcal た 16.2 g 脂 13.7 g 食塩 2.3 g	エ 437 kcal た 19.4 g 脂 14.3 g 食塩 3.1 g
11	月	牛乳 うすやきせんべい ●完了 ほうれん草と小松菜せんべい	ごはん ハンバーグ ひじきの炒め煮 オレンジ	米 油	ハンバーグ きざみあげ	ひじき 人参 グリーンピース オレンジ	牛乳 豆乳スコーン	エ 465 kcal た 14.8 g 脂 16.3 g 食塩 1.6 g	エ 561 kcal た 17.7 g 脂 19.6 g 食塩 2.0 g
12	火	牛乳 クラッカー	ごはん カレーライス シルバーサラダ パナナ	米 むきメーク 油 カレールー 春雨 エッグケアマヨ	豚小間	玉葱 人参 人参 きゅうり パナナ	牛乳 ココアくずもち	エ 569 kcal た 15.3 g 脂 19.7 g 食塩 1.6 g	エ 744 kcal た 18.9 g 脂 24.5 g 食塩 2.0 g
13	水	牛乳 ソフトせんべい	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き にんじんのツナ和え パイナップル	米 マーマレード	鶏モモ シーチキン	人参 スナッフエンドウ パイナップル	牛乳 シュガーバターサンド	エ 534 kcal た 18.5 g 脂 20.7 g 食塩 1.4 g	エ 530 kcal た 22.3 g 脂 19.3 g 食塩 1.8 g
14	木	牛乳 アスパラガス ●完了 マンナウエハース	五目うどん ほうれん草のお浸し オレンジ	うどん	豚小間	玉葱 人参 干しいたけ インゲン ほうれん草 人参 オレンジ	※お茶 おかかおにぎり	エ 337 kcal た 13.8 g 脂 7.7 g 食塩 2.4 g	エ 384 kcal た 15.5 g 脂 6.2 g 食塩 3.2 g
15	金	牛乳 ビスコ	ごはん 鯖のおろし煮 金平れんこん すまし汁 りんご	米 油	さわら 木綿豆腐	大根おろし キヌサヤ れんこん 人参 ピーマン わかめ りんご	牛乳 レモンケーキ	エ 550 kcal た 20.1 g 脂 20.4 g 食塩 1.8 g	エ 636 kcal た 24.1 g 脂 22.1 g 食塩 1.9 g
16	土	牛乳 マリービスケット ●完了 マンナボーロ	鶏ピビンパ丼 パナナ	米 ごま油	鶏モモ	切干大根 人参 ちんげん菜 パナナ	牛乳 マンナウエハース	エ 412 kcal た 15.4 g 脂 12.8 g 食塩 1.3 g	エ 531 kcal た 19.6 g 脂 16.0 g 食塩 1.9 g
18	月	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 かぼちゃクッキー	ごはん 豚肉の塩麴ステーキ 切り昆布の煮物 味噌汁 オレンジ	米 油 麩	豚ロース ちくわ	きざみ昆布 人参 干しいたけ オレンジ	牛乳 スイートポテト	エ 465 kcal た 18.3 g 脂 14.8 g 食塩 2.0 g	エ 551 kcal た 22.5 g 脂 18.0 g 食塩 2.4 g
19	火	牛乳 ビスケット	ごはん 鶏肉の照り焼き もやしのナムル 中華スープ りんご	米 ごま油	鶏モモ	もやし 人参 玉葱 コーン りんご	牛乳 マーブルケーキ	エ 464 kcal た 16.6 g 脂 16.7 g 食塩 1.4 g	エ 537 kcal た 19.9 g 脂 19.5 g 食塩 1.4 g
20	水	牛乳 白い風船	ごはん カレイの磯辺揚げ 白菜のおかか和え パナナ	米 油	カレイ かつおぶし	あおさ粉 白菜 人参 パナナ	牛乳 スティックパイ	エ 380 kcal た 17.2 g 脂 12.9 g 食塩 1.1 g	エ 461 kcal た 20.7 g 脂 14.8 g 食塩 1.2 g
21	木	牛乳 マンナビスケット	玄米ごはん 肉じゃが 胡瓜の酢の物 グレープフルーツ	米 玄米 ポテト 糸こんにゃく 油	豚小間	玉葱 人参 グリーンピース きゅうり 人参 グレープフルーツ	牛乳 マカロニあべかわ	エ 468 kcal た 18.3 g 脂 14.6 g 食塩 0.8 g	エ 567 kcal た 22.4 g 脂 15.7 g 食塩 1.0 g
22	金	牛乳 カルシウムせんべい ●完了 ほうれん草と小松菜せんべい	ごはん 洋風玉子焼き ブロッコリーサラダ りんご	米 エッグケアマヨ	鶏卵 大豆たんぱく シーチキン	ピーマン 赤ピーマン 玉葱 木くらげ ブロッコリー 人参 りんご	牛乳 ちんすこう	エ 482 kcal た 13.5 g 脂 14.7 g 食塩 1.1 g	エ 583 kcal た 21.8 g 脂 23.6 g 食塩 1.1 g
23	土	牛乳 星たべよ	焼きそば オレンジ	焼きそば 油	豚小間	キャベツ 玉葱 人参 オレンジ	牛乳 味しらべ ●完了 マンナビスケット	エ 429 kcal た 15.8 g 脂 13.6 g 食塩 1.7 g	エ 487 kcal た 18.3 g 脂 16.7 g 食塩 1.9 g
25	月	牛乳 マンナウエハース	ごはん 豚肉の甘辛炒め 切干し大根の煮物 りんご	米	豚小間 きざみあげ	玉葱 ピーマン 切干大根 人参 りんご	牛乳 焼ポテト(しお)	エ 482 kcal た 17.9 g 脂 17.5 g 食塩 0.9 g	エ 569 kcal た 21.7 g 脂 19.7 g 食塩 1.3 g
26	火	牛乳 うすやきせんべい ●完了 マンナボーロ	ごはん 鰯のさくさく揚げ コールスローサラダ パナナ	米 油 エッグケアマヨ	アジ	キャベツ きゅうり コーン パナナ	牛乳 ミルククッキー	エ 479 kcal た 18.9 g 脂 18.7 g 食塩 1.0 g	エ 622 kcal た 23.3 g 脂 23.8 g 食塩 1.4 g
27	水	牛乳 クラッカー	かしわうどん 青梗菜のごま和え パイナップル	うどん 白ごま	鶏モモ	玉葱 人参 青葱 ちんげん菜 人参 パイナップル	※お茶 菜飯むすび	エ 353 kcal た 13.7 g 脂 10.1 g 食塩 2.1 g	エ 402 kcal た 15.6 g 脂 8.6 g 食塩 2.8 g
28	木	牛乳 ソフトせんべい	ごはん 高野の炒め煮 焼きかぼちゃ オレンジ	米 油	高野豆腐 さつま揚げ	玉葱 人参 キヌサヤ 南瓜 オレンジ	牛乳 青りんごゼリー	エ 551 kcal た 17.1 g 脂 15.6 g 食塩 1.5 g	エ 543 kcal た 20.2 g 脂 12.3 g 食塩 2.0 g
29	金	* 昭和の日 *							
30	土	牛乳 ビスコ	豚肉の味噌炒め丼 りんご	米 油	豚小間	玉葱 人参 グリーンピース りんご	牛乳 マリービスケット ●完了 チーズスティック	エ 486 kcal た 16.3 g 脂 16.0 g 食塩 0.9 g	エ 557 kcal た 20.1 g 脂 16.7 g 食塩 1.1 g

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

※栄養価は「エ＝エネルギー」「た＝たんぱく質」「脂＝脂質」「食塩＝食塩相当量」を表示しています。

※完了期食は揚げ物・昼食で提供するフルーツの缶詰・いりこそものは使用しません。

●は完了期代替え食です。

◆1日は入園・進級お祝いメニューを提供します。

◇5日はどんぐり組、さくら組お弁当の日です。



ウオクニ株式会社

当社における食品の安全・安心、
および健康に関する取り組みは
ホームページに掲載しています。
<http://www.uokuni.co.jp/>

