

# 令和6年 4月分 3歳以上児献立表

玉成幼稚園(にじのへや)

1日(月) わかめごはん/さけのみそばーやき/こふきいも/わふうまかろにさらだ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	17日(水) すばげっいなぼりたん/ころころつなさらだ/じゃがいものまよあえ/ぎゅうにゅう [PM] きりぼしだいこんおにぎり/ぎゅうにゅう
2日(火) ごはん/ぷるこぎ/きゃべつのりあえ/なむる/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	18日(木) ごはん/まーぼーどうふ/はるさめさらだ/ふかしいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
3日(水) すばげっいなぼりたん/ころころつなさらだ/じゃがいものまよあえ/ぎゅうにゅう [PM] たけのごはん/ぎゅうにゅう	19日(金) しょくぼん/とりにくのまーまれーどや/はるやさいのちーずあえ/しめじのかれーいため/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
4日(木) ごはん/まーぼーどうふ/はるさめさらだ/ふかしいも/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	20日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/なむる/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
5日(金) しょくぼん/とりにくのまーまれーどや/はるやさいのちーずあえ/しめじのかれーいため/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	22日(月) ごはん/とりのからあげ/ひじきとやさいのごまあえ/こまつなのいためもの/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
6日(土) ごはん/ぶたにくのしょうがやき/なむる/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	23日(火) ふりかけごはん/ぶりのてりやき/はむさらだ/ぶたもやし/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
8日(月) ごはん/とりのからあげ/ひじきとやさいのごまあえ/こまつなのいためもの/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	24日(水) はやしらいす/なのはなさらだ/れたすのこんぶあえ/くだもの [PM] やきそば/ぎゅうにゅう
9日(火) ふりかけごはん/ぶりのてりやき/はむさらだ/ぶたもやし/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	25日(木) そぼろごはん/やさいのうめあえ/じゃがいものみるくに/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
10日(水) はやしらいす/なのはなさらだ/れたすのこんぶあえ/くだもの [PM] やきそば/ぎゅうにゅう	26日(金) しょくぼん/ハンバーグ/こーるすろーさらだ/すいーとばんぷきん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
11日(木) そぼろごはん/やさいのうめあえ/じゃがいものみるくに/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	27日(土) ごはん/すきやきに/ぶろっこりーいため/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
12日(金) しょくぼん/はんぱーぐ/こーるすろーさらだ/すいーとばんぷきん/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	30日(火) いわしのわふうちゃーはん/しんじゃがさらだ/まーぼーはるさめ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう
13日(土) ごはん/すきやきに/ぶろっこりーいため/ちーず/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	エネルギー:557 kcal たんぱく質 :21.4 g 脂 質:17.2 g 食塩相当量:1.4 g
15日(月) わかめごはん/さけのみそばーやき/こふきいも/わふうまかろにさらだ/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	
16日(火) ごはん/ぷるこぎ/きゃべつのりあえ/なむる/くだもの [PM] ★/ぎゅうにゅう	

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、いちご、かんきつ類から提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。

◎おやつについて

- ・★印は日替わりで市販のおやつ、または手作りのおにぎりを提供します。
- ・毎週水曜日は保育園の厨房で調理したおやつを提供します。