

# 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) すばげっていなぼりたん/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) すばげっていなぼりたん/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] たけのこごはん/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  
ぱんぷきん/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  
ぱんぷきん/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。