

4月のこんだて

R4. 4. 1 太田東保育園

日	1. 2才児		副 食	お や つ	エネルギー(kcal)		行事予定	メモ
	曜日	午前おやつ			主食	0.1.2才		
1	金	ルヴァン、お茶	ごはん	鶏肉のから揚げ、春雨サラダ、みそ汁	じゃが芋もち、牛乳	479	560	
2	土	ベジたべる、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	アイス、おかき	452	508	にゅうえん しんきゅう
4	月			お赤飯				入園進級おめでとう
5	火	ビスコ、お茶	ごはん	鶏肉の照り焼き、マカロニグラタン風煮、かき玉汁	豆腐ドーナツ、牛乳	563	632	おめでとうございます
6	水	野菜かりんとう、お茶	めん	きのこうどん、ちくわのいそべ揚げ、きゃべつの昆布和え	おかき、ジョア	381	396	
7	木	ハーベスト、お茶	ごはん	マーボー豆腐、エビシューマイ、おなかブロッコリー、中華風コーンスープ	プリン、とんがりコーン	514	596	新しい環境でドキドキして
8	金	おかき、お茶	ごはん	鮭の塩焼き、切干大根の煮付け、塩きゅうり、みそ汁	ブラジルパン、牛乳	474	508	しまいますね、でもきっと
9	土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	おにぎり、お茶	502	567	楽しいことがたくさん待って
11	月	ヨーグルト、レーズン	ごはん	栄養きんぴら、味付け玉子、塩きゅうり、スープ	おまんじゅう、牛乳	423	481	身長体重測定
12	火	芋けんぴ、お茶	ごはん	チキンカレー、コーンサラダ、福神漬け、いちご	手作りえびせんべい、りんごジュース	553	607	楽しいことの一つに
13	水	プリッツ、ジョア	ふりかけ ごはん	鱈の塩焼き、ひじきの炒め煮、浅漬け、みそ汁	バナナ、牛乳	464	460	なってくれると嬉しいです。
14	木	チーズ、お茶	ごはん	親子煮、じゃが芋のカレー揚げ、塩きゅうり、五目みそ汁	手作りクッキー、野菜ジュース	532	571	※年長児おやつ作り
15	金	えびせん、お茶	ごはん	肉じゃが、野菜入り納豆、ごまマヨブロッコリー、みそ汁	ジャムサンド、牛乳	507	578	
16	土	おかき、お茶	めん	うどん、牛乳、果物	おにぎり、お茶	360	382	★朝食のすすめ★
18	月	ビスケット、お茶	ごはん	鶏そぼろごはん、スパゲティーサラダ、ミニトマト、スープ	かぼちゃ蒸しパン、牛乳	545	597	朝ごはんを食べないと体が
19	火	とんがりコーン、ヤクルト	わかめ ごはん	さばの塩焼き、五目ナムル、沢庵、みそ汁	インドサモサ、オレンジジュース	468	438	温まらず、脳の働きが鈍く
20	水	ベジたべる、お茶	パン	クリームシチュー、ウィンナーソテー、グリーンサラダ、いちご	おふのラスク、牛乳	553	660	なっしまい力が出ません。
21	木	Caせんべい、お茶	ごはん	五目豆腐煮、ホタテ風フライ、昆布マヨブロッコリー、スープ	桃のヨーグルトがけ、プリッツ	457	490	魚や肉大豆などたんぱく
22	金	ゼリー、ごきかな	ごはん	ポークピカタ、じゃが芋のベーコン炒め、みそ汁	草もち、牛乳	520	591	室は体温を上げ、ごはんや
23	土	おかき、お茶	めん	焼きそば、スープ、牛乳、果物	パン、麦茶	338	368	パンなどの炭水化物は脳
25	月	ビスコ、お茶	ふりかけ ごはん	豆腐の団子揚げ、三色胡麻和え、スープ	おかき、ジョア	473	499	避難訓練
26	火	サッポロポテト、お茶	ごはん	ポークカレー、かみかみ和え、福神漬け、いちご	コーンフレーク、牛乳	465	501	なります。元気に一日を過
27	水	おかき、お茶	めん	スパゲティーミートソース、フレンチサラダ、スープ	クッキー、トマトジュース	410	458	食育の日
28	木	アスパラガス、お茶	ごはん	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	フルーツ寒天、えびせん	457	507	ごすためにも朝ごはんを食
30	土	おかき、お茶	めん	塩ラーメン、牛乳、果物	おにぎり、お茶	290	308	べて登園しましょう。

