

令和3年（2021年）4月 熊本市立保育所給食献立

2021年04月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		【1か月平均栄養素量】		1	2	3
昼食		《未満児（主食込み）》 エネルギー：480kcal たんぱく質：18.6g 脂質：14.2g	《以上児（主食なし）》 エネルギー：393kcal たんぱく質：19.0g 脂質：15.5g	牛乳、せんべい	牛乳、クラッカー	牛乳、ウエハース
午後				牛乳、わかめおにぎり	牛乳、さつまいもごまかけ	牛乳、バナナ、クラッカー
午前	5	6	7	8	9	10
昼食	飯、麻婆丼 ほうれんそうの磯和え バナナ	飯、大根のすまし汁 揚げ魚のごま風味 春キャベツの甘酢和え	飯、豚汁、鶏レバー甘辛煮 りんご	飯、菜の花のすまし汁 魚のみそ漬け焼き かぼちゃサラダ	飯、しめじのみそ汁 鶏肉のマーマレード煮 白菜のじゃこ和え、バナナ	飯、中華丼 じゃがいものスープ
午後	牛乳、くずもち	牛乳、麩のラスク	牛乳、シナモントースト	牛乳、パール柑 カルシウム強化せんべい	牛乳、ココアクッキー	牛乳、ごましおおにぎり
午前	12	13	14	15	16	17
昼食	飯、ハヤシライス ピクルス、りんご	飯、たまねぎのみそ汁 カレームニエル もやしのおかか和え、いちご	飯、豆腐のすまし汁 鶏肉と野菜のうま煮 炒めきゅうり	飯、さつまいものみそ汁 魚のさくら焼き、納豆和え	飯、白菜の中華スープ ホイコウロウ、春雨酢の物	飯、ツナと豆腐の和風煮 大根とあげのみそ汁
午後	牛乳、ホットケーキ	牛乳 切り干し大根のおにぎり	牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、ヨーグルト（鉄強化） かりんとう	牛乳、ソフトドーナツ	牛乳、不知火、クッキー
午前	19	20	21	22	23	24
昼食	飯、豆乳シチュー 和風サラダ、オレンジ	飯、チンゲン菜のみそ汁 魚のクラッカー焼き ナポリビーフン	飯、豆腐のすまし汁 干草焼き、かぼちゃの甘煮	飯、なすのみそ汁 魚のチーズフライ 土佐酢和え風	飯、ふのすまし汁 鶏肉のごまみそ焼き 人参含め煮、バナナ	飯、そぼろにゃく丼 豆腐ときゃべつのみそ汁
午後	牛乳、しらすおにぎり	牛乳 じゃがいものガレット	牛乳、ちんすこう	牛乳 フルーツコーンフレークス	牛乳、煮豆	牛乳、パイナップルケーキ
午前	26	27	28	29	30	
昼食	飯、ポークカレー コールスローサラダ、りんご	飯、白菜のみそ汁 煮魚、もやし炒め オレンジ	飯、豆乳コーンスープ 鶏肉の唐揚げ 小松菜とツナのごま和え	昭 和 の 日 	飯、キャベツのスープ 厚揚げのミートソース ブロッコリーサラダ	
午後	牛乳、かりかりいりこ ビスケット	牛乳、黒糖蒸しパン	牛乳、フルーツゼリー カルシウム強化ウエハース		牛乳、菓子パン	

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります