

献立表

2018/04月分

小金井けやきの森認定こども園

日	曜	10時おやつ	給食	3時おやつ
01	日			
02	月	牛乳、せんべい	御飯、クラムチャウダー、鶏肉のマーマレード焼き、磯辺さつまいも、いちご	牛乳、バナナケーキ
03	火	牛乳、サブレ	御飯、豆腐スープ、鶏かつ、もやしと小松菜の塩ごまあえ	牛乳、ハムチーズサンド
04	水	牛乳、クラッカー	お子様スパゲッティ、ブロッコリーの三食サラダ、オレンジ	牛乳、豆腐ドーナツ
05	木	牛乳、ビスケット	御飯、マーボー豆腐、ほうれん草のナムル、フルーツカクテル	牛乳、チヂミ
06	金	牛乳、鈴カステラ	御飯、あげのみそ汁、さけのポテト焼き、きんぴらごぼう、ゆでブロッコリー	麦茶、おにぎり
07	土	入園式		
08	日			
09	月	牛乳、かりんとう	中華丼、きゅうりのゆかりあえ、さつま芋の甘煮、オレンジ	牛乳、ジャムサンド
10	火	牛乳、芋けんぴ	御飯、かぼちゃの豆乳煮、ハンバーグ、ブロッコリーとトマトのサラダ	牛乳、焼きビーフン
11	水	牛乳、ウエハース	ハヤシライス、さつま芋のサラダ、りんご	牛乳、きな粉マカロニ
12	木	牛乳、あられ	御飯、チンゲンサイのみそ汁、炒り豆腐、梅ドレッシングサラダ	牛乳、さつまいも蒸しパン
13	金	牛乳、せんべい	御飯、五目汁、さわらのごま焼き、キャベツのコーン煮、いちご	牛乳、リンゴゼリー
14	土	牛乳、マシュマロ	豚丼、みかん缶	牛乳、パン
15	日			
16	月	牛乳、サブレ	たけのご御飯、すまし汁、豆腐のコーンみそ焼き、かぼちゃの甘煮	牛乳、ミートパイ
17	火	牛乳、せんべい	御飯、なすのみそ汁、肉じゃが、キャベツのしらすサラダ	牛乳、黒糖リンゴケーキ
18	水	牛乳、ビスケット	御飯、だいごんのすまし汁、さばと玉ねぎのみそ煮、さっぱりポテトサラダ	麦茶、おにぎり
19	木	牛乳、クラッカー	御飯、豆乳コーン汁、鶏のから揚げ、ブロッコリーと人参のおかか和え	牛乳、野菜蒸しパン
20	金	牛乳、ポーロ	御飯、かぼちゃのみそ汁、豚肉のしょうが焼き、もやしのごまあえ、りんご	牛乳、ヨーグルトケーキ
21	土	牛乳、鈴カステラ	肉みそうどん、もも缶	牛乳、パン
22	日			
23	月	牛乳、クッキー	三色そばろ丼、じゃがいものみそ汁、たけのこのおかか煮、バナナ	牛乳、ふかし芋
24	火	牛乳、キャンディチーズ	御飯、豚汁、魚と春キャベツの重ね蒸し、煮かぼちゃ、りんご	麦茶、おにぎり
25	水	牛乳、ウエハース	ふりかけ御飯、ポークビーンズ、小松菜のサラダ、オレンジ	牛乳、バナナスコーン
26	木	牛乳、サブレ	御飯、コーンスープ、肉団子、ゆで野菜	牛乳、チャーハン
27	金	牛乳、せんべい	御飯、肉豆腐、ほうれん草とツナの和えもの、さつま芋の甘煮	牛乳、ピザパン
28	土	牛乳、クラッカー	キッズラーメン、りんご	牛乳、パン
29	日			
30	月			

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	561	19.5	16.7	236	2.4	194	0.4	0.39	36	4.3	1.6
目標量	574	23	15.9	259	2.4	202	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	98	85	105	91	100	96	129	108	200	93	84
3才未満児	487	17.3	16.2	279	1.7	175	0.32	0.43	26	3.1	1.2
目標量	463	18.5	12.9	213	2.3	188	0.25	0.28	18	3.7	1.6
充足率(%)	105	94	126	131	74	93	128	154	144	84	75