

# 4月 ようちえんのおべんとう



れいわ5ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

## ご進級、ご入園おめでとうございます！！

<p>3 げつ ポークカレー しのだまき かぼちゃに ★イカフリッター</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 414kcal/9.2g</p>	<p>4 か メンチカツ きぬさやソテー はるさめサラダ ハムステーキ</p> <p>フルーツ <b>おかかごはん</b> 410kcal/9.5g</p>	<p>5 すい ぶたにくのしょうがやき やさしいため たこやき ふかしいも あかかぶさつま フルーツ <b>しろごはん</b> 410kcal/11.4g</p>	<p>6 もく めだまやきハンバーグ あおなとコーンのソテー マカロニサラダ だいたずなゲット</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 435kcal/11.3g</p>	<p>7 きん とりにくのからあげ やきそば あつやきたまご タコウイナー ブロッコリー フルーツ <b>おにぎり</b> 413kcal/11.3g</p>
<p>10 げつ テリヤキチキン ねじねじマカロニソテー やさいのナムル ふんわりはながたとうふ ★ひとくちイカフライ フルーツ <b>ふりかけごはん</b> 407kcal/13.1g</p>	<p>11 か とんかつ コーンともやしソテー とろつとがんに モロッコいんげん たけのこしゅうまい フルーツ <b>しろごはん</b> 404kcal/9.9g</p>	<p>12 すい カレーふうみにくじゃが キャベツのいためもの ちくわのいそべあげ ウイナー</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 412kcal/9.4g</p>	<p>13 もく ささみのチーズフライ えだまめ れんこんソテー さつまいもサラダ ソーセージ フルーツ <b>しろごはん</b> 438kcal/9.8g</p>	<p>14 きん チキンピカタ クリンクカットポテト ポークビーンズ</p> <p>フルーツ <b>ロールパン</b> 372kcal/10.6g</p>
<p>17 げつ デミハンバーグ フライドポテト こまつなソテー フランクフルト たこやき フルーツ <b>しろごはん</b> 411kcal/10.0g</p>	<p>18 か やきにく キャベツソテー ごもくまめに シュガーポテト</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 433kcal/10.3g</p>	<p>19 すい エビフライ ミートスパ かぼちゃのもの ハムステーキ えだまめ フルーツ <b>しろごはん</b> 401kcal/10.7g</p>	<p>20 もく とりにくのからあげ やきうどん たけのこに あつやきたまご かまぼこ フルーツ <b>ごましおごはん</b> 405kcal/10.7g</p>	<p>21 きん エンゼルカレー とんかつ えだまめとコーンのグラッセ ハンバーグ</p> <p>フルーツポンチ <b>しろごはん</b> 408kcal/9.7g</p>
<p>24 げつ メンチカツ やきそば あつやきたまご タコウイナー ブロッコリー フルーツ <b>おにぎり</b> 413kcal/10.1g</p>	<p>25 か タンドリーチキン ビーフいため やさいのしおこんぶあえ おからポテト</p> <p>フルーツ <b>しろごはん</b> 408kcal/10.8g</p>	<p>26 すい はるまき にくやさしいため ナムル</p> <p>フルーツ <b>ジャージャーめん</b> 400kcal/10.3g</p>	<p>27 もく めだまやきフライ プレーンスパ あおのりポテト まめちくわに さくらしゅうまい フルーツ <b>しろごはん</b> 418kcal/10.8g</p>	<p>28 きん チーズハンバーグ ペペロンチーノふう こまつなソテー えびだんごフライ にんじんに フルーツ <b>しろごはん</b> 413kcal/11.1g</p>

☆カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

☆魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がって下さい。

☆迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前前の記入を必ずお願い致します！

☆練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのご安心してお召し上がりいただけます。

☆おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

今月の食材 主な産地			
キャベツ	茨城	りんご	青森
玉葱	北海道	オレンジ	オーストラリア
さつま芋	千葉	鶏肉	ブラジル
米	石川・青森	豚肉	カナダ

