

天童厚生会

令和6年(2024年)4月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	月	アシドミルク	カレーライス,フルーツサラダ	牛乳,チーズ蒸しパン	
2	火	お茶,チーズ	ご飯,若鶏の照り焼き,野菜の胡麻和え,麩の味噌汁,バナナ	お茶,ババロア,いちご	
3	水	お茶,いちご	ご飯,鮭の塩焼き,切干大根の煮物,新玉葱の味噌汁	牛乳,じゃが餅	
4	木	お茶,バナナ	チキンライス,フレンチサラダ,チンゲン菜のミルクスープ	飲むヨーグルト,お麩ボーロ	
5	金	お茶,クラッカー	ご飯,マーボー豆腐,わかめスープ,オレンジ	牛乳,ジャムサンド	
6	土				オリエンテーション
7	日				
8	月	お茶,チーズ	ご飯,豚の生姜焼き,キャベツとツナの昆布和え,じゃが芋の味噌汁,甘夏	お茶,みるく餅	
9	火	お茶,バナナ	大豆ミートスパゲティ,ツナサラダ,キャベツのスープ,いちご	お茶,ミルクしるこ	
10	水	お茶,ブルーネ	ご飯,しらす入り厚焼き卵,ひじきの炒め煮,豆腐の味噌汁	牛乳,フルーツサンド	
11	木	お茶,かえりにぼし	ロールパン,肉団子のスープ,ポテトサラダ,オレンジ,牛乳	飲むヨーグルト,スナックチャーハン	
12	金	お茶,いちご	ご飯,鯖の照り焼き,野菜の胡麻和え,南瓜の味噌汁,バナナ	牛乳,オープンポテト	
13	土	お茶,クラッカー	チャーハン,ハムともやしのナムル,中華スープ	牛乳,マカロニ安倍川	
14	日				
15	月	お茶,ブルーネ	親子丼,ブロッコリーのごま和え,まいたけの味噌汁,オレンジ	飲むヨーグルト,南瓜クッキー	
16	火	お茶,ヨーグルト	ご飯,肉じゃが,チンゲン菜の味噌汁,いちご	牛乳,フレンチトースト	
17	水	お茶,ふかし芋	ロールパン,かじきのピカタ,トマト,コールスロー,野菜のミルクスープ	お茶,桜餅	
18	木	お茶,かえりにぼし	むらくもうどん,じゃが芋の中華和え,バナナ	お茶,鮭とわかめおにぎり	
19	金	お茶,いちご	たけのこご飯,小魚和え,ごぼうと鶏肉の味噌汁	牛乳,おからケーキ	
20	土	お茶,チーズ	カレーピラフ,キャベツとパインのサラダ,野菜スープ	牛乳,沖縄くずもち	
21	日				
22	月	お茶,かえりにぼし	ご飯,鶏の塩麴焼き,人参と胡瓜のごま味噌サラダ,かき卵汁,オレンジ	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
23	火	お茶,バナナ	ロールパン,ポークビーンズ,五目サラダ,牛乳	お茶,山菜おこわ	
24	水	アシドミルク	混ぜご飯,さくらえびのかき揚げ,わかめの味噌汁,バナナ	牛乳,オレンジゼリー	
25	木	お茶,チーズ	ご飯,豆腐ハンバーグ,こぶき芋,スティック人参,若竹汁,メロン	飲むヨーグルト,きなこトースト	
26	金	お茶,ヨーグルト	麦ご飯,納豆,干草和え,豚汁,いちご	お茶,柏餅	
27	土	お茶,ブルーネ	豚丼,小松菜のナムル,麩の味噌汁	牛乳,シュガーパイ	
28	日				
29	月				昭和の日
30	火	お茶,オレンジ	ハヤシライス,マセドアンサラダ,メロン	牛乳,いちごジャム蒸しパン	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	438	18.9	13.6	239	3.1	197	0.30	0.33	33	1.4	722	5.8		
	園目標	466	19.2	12.9	216	2.3	191	0.25	0.28	20	1.5	450	3.2		
3才以上児	1日平均	505	21.6	15.9	238	3.2	222	0.36	0.37	33	1.6	801	6.4		
	園目標	573	23.6	16.0	258	2.5	215	0.32	0.36	23	1.6	630	3.6		