



# 2022年4月ランチメニュー



今月の栄養量  
 エネルギー：578kcal  
 たんぱく質：20.6g  
 脂質：16.2g  
 食塩相当量：1.5g

- 旬の食材
- ・たけのこ
  - ・春キャベツ
  - ・新たまねぎ
  - ・レタス
  - ・甘夏




～「和ごはん」を取り入れよう～

からだにやさしい「和食」中心の食事を提供しています。

農林水産省  
官民協働プロジェクト

たちばな幼稚園

月	火	水	木	金	土
				1	2
				ウィンナーピラフ 花野菜サラダ 豆腐とキャベツのスープ オレンジときな粉餅せんべい ふかし芋 牛乳	肉炒め丼 具だくさん味噌汁 ブロッコリーとほたはた焼き サブレ 牛乳
4	5	6	7	8	9
カレーライス マカロニサラダ 甘夏	ごはん 肉野菜炒め 大学かぼちゃ 小松菜ともやしの味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き 高野豆腐煮 新玉葱とわかめのすまし汁	ごはん 豚肉と厚揚げの炒め煮 白菜のゆかり和え 麩と青菜の味噌汁	ごはん チキンピーンズ 切干大根サラダ レタスとコーンのスープ	五目焼きめし 具だくさん味噌汁
りんごと源氏パイ 豆腐ドーナツ 牛乳	きゅうりと芋けんぴ クラッカーサンド 牛乳	カルルス じゃがバター 牛乳	オレンジときな粉餅せんべい フルーツポンチ 牛乳	バナナとマリー パインヨーグルトとほんち揚げ 牛乳	ブロッコリーとほたはた焼き ムーンライト 牛乳
11	12	13	14	15	16
ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきと大豆煮 玉葱としめじの味噌汁	ごはん 白身魚の磯辺揚げ 胡瓜とささみのごま酢和え 小松菜と麩のすまし汁	アマランサスごはん 肉じゃが もやしの磯和え うす揚げとえのきの味噌汁	ごはん 麻婆豆腐 小松菜の中華和え わかめと玉葱のスープ	☆進級お祝い献立☆ 桜ごはん 鶏肉のコーンマヨ焼き 春キャベツの彩り和え 花麩と三つ葉のすまし汁	そぼろ丼 具だくさん味噌汁
りんごと源氏パイ キャロット蒸しパン 牛乳	きゅうりと芋けんぴ お好み焼き お茶	カルルス プリン・ア・ラ・モード 牛乳	バナナとマリー おにぎりとしパーの甘辛煮 お茶	オレンジときな粉餅せんべい チーズパン 牛乳	ブロッコリーとほたはた焼き サブレ 牛乳
18	19	20	21	22	23
			☆お誕生日会☆		
カレーライス マカロニサラダ 甘夏	ごはん 肉野菜炒め 大学かぼちゃ 小松菜ともやしの味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き 高野豆腐煮 新玉葱とわかめのすまし汁	ごはん 鶏肉の唐揚げ ひじきサラダ ほうれん草と人参のスープ ゼリー	ごはん チキンピーンズ 切干大根サラダ レタスとコーンのスープ	焼きそば 具だくさん味噌汁
りんごと源氏パイ 豆腐ドーナツ 牛乳	きゅうりと芋けんぴ クラッカーサンド 牛乳	カルルス じゃがバター 牛乳	バナナとマリー デコレーションケーキ りんごジュース	オレンジときな粉餅せんべい パインヨーグルトとほんち揚げ 牛乳	ブロッコリーとほたはた焼き ムーンライト 牛乳
25	26	27	28	29	30
	☆食体験：玉葱の皮むき☆ ☆食育：たけのこ☆		☆お米丸とふるさとめぐり☆	☆昭和の日☆	
ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきと大豆煮 玉葱としめじの味噌汁	たけのこごはん 白身魚の磯辺揚げ 胡瓜とささみのごま酢和え 小松菜と麩のすまし汁	アマランサスごはん 肉じゃが もやしの磯和え うす揚げとえのきの味噌汁	ごはん 豆腐入り玉子焼き ブロッコリーの塩麩和え 飛鳥汁		豚丼 具だくさん味噌汁
りんごと源氏パイ キャロット蒸しパン 牛乳	きゅうりと芋けんぴ お好み焼き お茶	カルルス プリン・ア・ラ・モード 牛乳	バナナとマリー チーズパン 牛乳		ブロッコリーとほたはた焼き サブレ 牛乳