

4月 給食献立表

2020年

長寿院保育園初期

日 曜	献 立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1 水	お粥 たまねぎのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん	だし
2 木	お粥 こまつなのペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	こまつな・にんじん	だし
3 金	お粥 かぼちゃのペースト 白菜の味噌汁	淡色辛みそ	米	かぼちゃ・にんじん・はくさい	だし
4 土	お粥 豆腐のペースト たまねぎの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
6 月	お粥 たまねぎのペースト ちんげん菜の味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん チンゲンサイ	だし
7 火	お粥 トマトのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	チンゲンサイ・トマト・たまねぎ	だし
8 水	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
9 木	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	キャベツ・たまねぎ	だし
10 金	お粥 たまねぎのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・キャベツ	だし
11 土	お粥 ほうれんそうのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・ほうれんそう こまつな	だし
13 月	お粥 トマトのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	トマト・にんじん・たまねぎ	だし
14 火	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	だし
15 水	お粥 キャベツのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・キャベツ・たまねぎ	だし
16 木	お粥 豆腐のペースト さつまいもの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん	だし
17 金	お粥 ブロッコリーのペースト さつまいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	ブロッコリー・にんじん	だし
18 土	お粥 にんじんのペースト チンゲン菜の味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん チンゲンサイ	だし
20 月	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	トマト・たまねぎ	だし
21 火	お粥 たまねぎのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん	だし
22 水	お粥 さつまいものペースト なすの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・なす	だし
23 木	お粥 にんじんのペースト 白菜の味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・はくさい	だし
24 金	お粥 さつまいものペースト だいこんの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・大根	だし
25 土	お粥 ブロッコリーのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	ブロッコリー・にんじん たまねぎ	だし
27 月	お粥 白菜のペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・はくさい ほうれんそう	だし
28 火	お粥 にんじんのペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	ブロッコリー・にんじん	だし
30 木	お粥 かぼちゃのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・かぼちゃ・たまねぎ	だし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
96 kcal	2.1 g	0.4 g	14 mg	0.4 mg	75 μg	0.04 mg	0.02 mg	6 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。そば、落花生の入った食材は使用していません。

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。