

4月 給食献立表

2022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	金	お粥 ジャガイモのペースト たまねぎのみそ汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・たまねぎ	だし
2	土	お粥 さつまいものペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	にんじん・ほうれんそう	だし
4	月	お粥 ブロッコリーのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	ブロッコリー・にんじん	だし
5	火	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	水	お粥 大根のペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・大根・こまつな	だし
7	木	お粥 たまねぎのペースト ジャガイモの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・にんじん	だし
8	金	お粥 ジャガイモのペースト かぼちやの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・かぼちや	だし
9	土	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ ほうれんそう	だし
11	月	お粥 キャベツのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん	だし
12	火	お粥 たまねぎのペースト 小松菜の味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・こまつな	だし
13	水	お粥 にんじんのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・キャベツ	だし
14	木	お粥 ジャガイモのペースト 小松菜の味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・こまつな	だし
15	金	お粥 ブロッコリーのペースト ジャガイモの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも・ジャガイモ	ブロッコリー	だし
16	土	お粥 キャベツのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・こまつな	だし
18	月	お粥 にんじんのペースト 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
19	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	トマト・にんじん・たまねぎ	だし
20	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
21	木	お粥 鶏と野菜の煮物 ちんげんさいの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ チンゲンサイ	だし
22	金	お粥 大根のペースト さつまいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	大根・にんじん	だし
23	土	お粥 トマトのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	ブロッコリー・トマト・たまねぎ	だし
25	月	お粥 かぼちやのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	かぼちや・キャベツ・たまねぎ	だし
26	火	お粥 たまねぎのペースト ジャガイモの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	たまねぎ・にんじん	だし
27	水	お粥 鶏と野菜の煮物 かぼちやの味噌汁	淡色辛みそ	米	トマト・キャベツ・かぼちや	だし
28	木	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
30	土	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

☆ 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
120 kcal	2.6 g	0.5 g	16 mg	0.4 mg	72 μg	0.04 mg	0.03 mg	7 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合がありますので、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。