

2024年



献立表

ちゅらさん保育園

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
行事						1 ひなまつり献立	2
昼食						ちらし寿司、大根と鶏肉の煮物、えのきのすまし汁、オレンジ	そばろ丼、みそ汁(豆腐・わかめ)、もも
午後おやつ						豆乳、3食蒸しパン	
行事	4	5	6	7	8	9	
昼食	タコライス、鉄分サラダ、アーサ汁、オレンジ	ごはん、鶏チリ、ブロッコリー 炒め、みそ汁(こまつな・麩)	ごはん、鮭のみそ焼き、豆腐 チャンプルー、ソーメン汁	肉わかめうどん、大葉キャベツのごま和え、りんご	ごはん、しょうが焼き、こまつなサラダ、えのきのすまし汁	ごはん、照焼きチキン、さといも汁、パイ	
午後おやつ	豆乳、ジャムサンド	豆乳、じゃけおにぎり	豆乳、ツナサンド	豆乳、ヨーグルト	豆乳、揚げパン		
行事	11	12	13 お弁当会 (ちゅらさん)	14	15	16	ちゅらさん卒園式
昼食	ごはん、白身魚の南蛮漬け、ほうれん草の納豆和え、イナムドッチ	ごはん、キャベツのみそ炒め、ポテトサラダ、大根スープ、パイ		パン、ポークビーンズ、ソーセージ、チーズ、コールスロー、バナナ	ごはん、さばのみそ焼き、クープイリチー、アーサ汁、オレンジ		
午後おやつ	豆乳、プリン	豆乳、大学芋	豆乳、じゃけおにぎり	豆乳、みそおにぎり	豆乳、ちんびん		
行事	18	19	20 春分の日	21	22	23	
昼食	ごはん、ベジタブルカレー、鶏肉の唐揚げ、フルーツポンチ	ミートスパゲッティ、ナゲット、コーンスープ、りんご		ごはん、鮭の塩焼き、切干し大根の炒め、豚汁、バナナ	ごはん、豆腐ハンバーグ、ポテトフライ、チキン野菜スープ	ごはん、白身フライ、豚汁、パイ	
午後おやつ	豆乳、ヨーグルト	豆乳、青菜おにぎり		豆乳、シリアルバー	豆乳、ココアケーキ		
行事	25	26	27	28	29 新年度準備期間	30 新年度準備期間	
昼食	ごはん、ドライカレー、野菜コロッケ、バナナ	ごはん、鮭のキノコ焼き、ほうれん草とひじきのごま和え、すまし汁	沖縄そば、切り干し大根の和風サラダ、オレンジ	ごはん、チキンのみそマヨ焼き、きゅうりとツナのサラダ、アーサ汁	もずく丼、カムカムサラダ、みそ汁(豆腐・わかめ)、もも		
午後おやつ	豆乳、フルーツゼリー	豆乳、揚げパン	豆乳、コーンおにぎり	豆乳、ジャムサンド			

平均エネルギー 423.8 kcal たんぱく質: 16.9 g 脂質: 14.1 g 塩分: 1.25 g