

4月 給食献立表

令和7年

幼児

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をとのえる	(その他の食品)
1	火	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳	鮭・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳	米・乾燥ひじき・車糖 薄力粉・調合油	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース 西洋かぼちゃ わかめ・えのきたけ 干しぶどう	清酒・食塩・煮干しだし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・本みりん ベーキングパウダー かつお・昆布だし
2	水	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの浅漬け スープ	クッキー 牛乳	赤みそ・鶏卵・普通牛乳	米・合挽ミンチ・絞豆腐 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 麩・薄力粉・上新粉 無塩バター	たまねぎ・にんじん 生しいたけ・青ピーマン・きゅうり 白菜	本みりん・こいくちしょうゆ 清酒・昆布茶・食塩 ベーキングパウダー
3	木	ごはん さわらの照り焼き きざみのり和え すまし汁	ぶどうゼリー 牛乳	さわら・普通牛乳	米・車糖	しょうが・はくさい・キャベツ にんじん キザミソ ほうれんそう たまねぎ・ぶどう飲料・寒天	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし
4	金	イエローロール 具だくさんスープ ツナサラダ 果物 牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	鶏もも・ノンオイルツナ缶 普通牛乳	イエローロール じゃがいも 顆粒コンソメ・マヨドレ・米	にんじん・たまねぎ 大根・カットしめじ ブロッコリー・きゅうり キャベツ・バナナ ゆかりふりかけ	食塩・穀物酢・麦茶
5	土	入園式 (弁当日)	自然素材のお菓子 麦茶		自然素材のお菓子		麦茶
7	月	ごはん たらのマヨ味噌焼き ゆかり和え すまし汁	フルーツ寒天 牛乳	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳	米・たけや味噌・マヨドレ	はくさい・きゅうり・にんじん ゆかりふりかけ・たまねぎ パイン缶・もも缶・みかん缶 寒天	清酒・食塩・本みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ かつお・昆布だし
8	火	ごはん チンジャオロース サラダ スープ	自然素材のお菓子 牛乳	赤みそ・普通牛乳	米・牛肉・かたくり粉・車糖 顆粒コンソメ・冷凍コーン マヨドレ 自然素材のお菓子	たまねぎ 三色ピーマン にんじん・生しいたけ たけのこ水煮・きゅうり カットわかめ	本みりん・こいくちしょうゆ 食塩・穀物酢
9	水	ごはん 豚肉の生姜焼き ごま和え みそ汁	りんごケーキ 牛乳	豚もも・淡色辛みそ 普通牛乳	米・冷凍いんげん・いりごま さつまいも・麩 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん しめじ・りんご・しょうが きゅうり・キャベツ・りんご缶	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし
10	木	ごはん 煮魚 ひじきサラダ みそ汁	じゃがもちくん 牛乳	あかうお・淡色辛みそ 普通牛乳	米・車糖・乾燥ひじき 冷凍コーン・ごま油 じゃがいも・無塩バター かたくり粉	しょうが・きゅうり・キャベツ にんじん 西洋かぼちゃ たまねぎ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・清酒 本みりん・穀物酢 食塩 煮干しだし
11	金	丸パン 牛肉のトマト煮込み 春雨サラダ 牛乳	菜めしおにぎり お茶	普通牛乳	丸パン・牛肉 じゃがいも・ブイヨン 普通はるさめ・車糖・ごま油 米・菜飯ふりかけ	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー トマトホール缶・きゅうり	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩 こいくちしょうゆ・穀物酢 番茶
12	土	中華丼 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	豚もも・淡色辛みそ	米・顆粒鶏ガラ・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子	はくさい・たまねぎ・にんじん 生しいたけ	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 煮干しだし・番茶
14	月	ごはん さわらのカレー風味焼き 和え物 みそ汁	自然素材のお菓子 牛乳	さわら・淡色辛みそ 普通牛乳	米・白味噌 自然素材のお菓子	キャベツ・りよくとうもやし にんじん 西洋かぼちゃ たまねぎ・しめじ	清酒・本みりん・カレー粉 こいくちしょうゆ 煮干しだし
15	火	ごはん なすと豚肉の味噌炒め おかか和え みそ汁	抹茶クッキー 牛乳	豚もも・赤みそ・かつお節 淡色辛みそ・鶏卵 普通牛乳	米・ごま油・車糖 さつまいも・薄力粉 上新粉・無塩バター	なす・たまねぎ にんじん・キャベツ・大根 きゅうり・わかめ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん ベーキングパウダー・抹茶 煮干しだし
16	水	カレーライス サラダ	バナナケーキ 牛乳	普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも 薄力粉・ブイヨン・調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん しめじ・キャベツ・きゅうり バナナ	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
17	木	ごはん 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁	みかんゼリー 牛乳	鮭・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳	米 グリーンピース・車糖	切干しだいこん・カットにんじん 乾しいたけ・カットたまねぎ 葉ねぎ・寒天	清酒・食塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・本みりん みかん缶・煮干しだし かつお・昆布だし
18	金	食パン ポトフ 大豆サラダ 種なしブルー 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	鶏もも・普通牛乳	食パン・じゃがいも 顆粒コンソメ・大豆水煮 マヨドレ・米 わかめふりかけ	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり 種無しブルー	食塩・穀物酢・麦茶
19	土	ケチャップライス スープ	自然素材のお菓子 お茶	鶏もも	米・顆粒コンソメ じゃがいも 自然素材のお菓子	たまねぎ・生しいたけ・にんじん 青ピーマン	ケチャップ・食塩・番茶
21	月	ごはん 赤魚のマヨドレ焼き ひじき煮 みそ汁	パインケーキ 牛乳	あかうお・油揚げ ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・マヨドレ・乾燥ひじき 車糖・ホットケーキミックス	カットたまねぎ・カットにんじん 乾しいたけ・グリーンピース 葉ねぎ・パイン缶	清酒・食塩 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・本みりん かつお・昆布だし 煮干しだし
22	火	ごはん 鶏の照り焼き ナムル スープ	小豆寒天 牛乳	鶏もも・こしあん・普通牛乳	米・車糖・いりごま・ごま油 顆粒コンソメ	しょうが・ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん わかめ・たまねぎ 寒天	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・食塩
23	水	牛丼 みそ汁	自然素材のお菓子 牛乳	淡色辛みそ・普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖・麩 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・白菜 しめじ	かつお・昆布だし・本みりん こいくちしょうゆ・煮干しだし うすくちしょうゆ・清酒
24	木	ごはん たらのコーンマヨ焼き きざみのり和え すまし汁	フライドポテト 牛乳	まだら・普通牛乳	米・冷凍コーン・マヨドレ じゃがいも・調合油	はくさい・りよくとうもやし カットにんじん キザミソ・わかめ たまねぎ	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん うすくちしょうゆ かつお・昆布だし
25	金	ハニーロール 鶏肉の唐揚げ サラダ スープ お誕生日会	フルーツミックス 牛乳	鶏もも・鶏卵・普通牛乳	ハニーロール・かたくり粉 調合油・冷凍コーン 顆粒コンソメ	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・カットわかめ たまねぎ・パイン缶 もも缶	清酒・こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・食塩 みかん缶・穀物酢
26	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏もも・油揚げ 淡色辛みそ	米・板こんにやく 自然素材のお菓子	れんこん・にんじん・ぶなしめじ たまねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし・うすくちしょうゆ・食塩 清酒・番茶・かつお・昆布だし
28	月	ごはん さばの味噌焼き 酢の物 すまし汁	コーン蒸しパン 牛乳	さば・普通牛乳	米・たけや味噌・こうじ味噌 車糖・麩・薄力粉・調合油 冷凍コーン	しょうが・わかめ・ほうれんそう カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ	清酒・本みりん・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 うすくちしょうゆ ベーキングパウダー かつお・昆布だし
29	火	昭和の日 (休園日)					
30	水	ごはん 回鍋肉 きゅうりの中華和え 中華スープ	ココアクッキー 牛乳	豚もも・絹揚げ・赤みそ 鶏卵・普通牛乳	米・顆粒コンソメ・車糖 ごま油・顆粒鶏ガラ 薄力粉・上新粉 無塩バター	キャベツ・たまねぎ にんじん 三色ピーマン・きゅうり 白菜・えのきたけ カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・食塩 ベーキングパウダー ピュアココア

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	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	食塩相当量
525 kcal	21.8 g	18.0 g	73.3 g	249 mg	2.1 mg	269 μg	0.37 mg	0.41 mg	26 mg	1.8 g

・材料入荷の都合により変更する場合があります。
 ・牛乳は100～150ccを飲んでいただきます。
 ・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
 ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。