

4月 給食献立表

令和8年

日	曜	午前	昼食	3時	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)	栄養量	未満児
1	水	麦茶 わいわい スティック ゼリー	ごはん 鶏の照り焼き じゃがいもとブロッコリーの彩り サラダ みそ汁(キャベツ・にんじん) オレンジ	牛乳 きな粉お麩ラスク	鶏もも・みそ・牛乳 きな粉	米・薄力粉 米油・じゃがいも マヨドレ・小町麩 無塩バター・砂糖	コーン・ブロッコリー キャベツ・にんじん オレンジ	しょうゆ・料理酒 みりん・食塩 かつお、昆布だし	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	396 16.3 13.8 172 1.6 0.9
2	木	麦茶 かぼちゃ ボーロ	ナポリタン キャベツとにんじんのサラダ スープ(こまつな・たまねぎ) りんご	牛乳 おかかおにぎり	豚ひき肉・牛乳 かつお削り節	スパゲティ・米油 砂糖・すり白ごま・米	たまねぎ・ピーマン キャベツ・にんじん こまつな・りんご	トマトケチャップ ウスターソース・コンソメ しょうゆ・水・食塩 かつお、昆布だし・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	422 14.2 11.4 193 1.6 1.4
3	金	麦茶 星っこ	ごはん たらの野菜あんかけ ひじきの炒り煮 みそ汁(じゃがいも・大根) ヨーグルト	牛乳 レーズン蒸しパン	たら・油揚げ・みそ ヨーグルト・牛乳	米・かたくり粉 砂糖・ごま油・じゃがいも 薄力粉・米油	たまねぎ・ピーマン にんじん・ひじき・大根 干しぶどう	料理酒・しょうゆ みりん・かつお、昆布だし 水・ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 18.5 10.4 305 4.4 1.2
4	土	麦茶 かぼちゃ ボーロ	ごはん トマト煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ コンソメスープ(具材は当日子ども達と決めます)	牛乳 カップりんごゼリー うさぎのしっぽ	豚肉・牛乳	米・植物油(大豆) 砂糖・馬鈴薯澱粉 オリーブ油 カップりんごゼリー うさぎのしっぽ	玉ねぎ・トマトピューレ ぶなしめじ・かぼちゃ レーズン	水・トマトケチャップ 醸造酢(小麦粉) 食塩・コンソメ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	499 15 14.7 238 1.9 1.2
6	月	麦茶 ミレービス ケット	チキンカレー キャベツのサラダ スープ(チンゲンサイ・たまねぎ) オレンジ	牛乳 五平餅	鶏むね・スキムミルク 牛乳・みそ	米・じゃがいも 米油・砂糖・白ごま	たまねぎ・にんじん キャベツ・コーン チンゲンサイ・オレンジ	水 カレーの王子様 トマトケチャップ 中濃ソース・穀物酢 食塩・コンソメ・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 15 8.8 194 1.5 1.4
7	火	麦茶 うさぎの しっぽ	麻婆豆腐丼 大根のさっぱりサラダ スープ(じゃがいも・いんげん) ピーチゼリー	牛乳 かぼちゃスコーン	木綿豆腐・豚ひき肉 みそ・牛乳・スキムミルク	米・ごま油・砂糖 かたくり粉・じゃがいも ピーチゼリー・薄力粉 米油	たまねぎ・大根 にんじん・さやいんげん かぼちゃ	水・しょうゆ 穀物酢 鶏ガラスープ顆粒・食塩 ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	499 16.1 17.5 228 2.1 1.2
8	水	麦茶 わいわい スティック ゼリー	食パン 鶏肉とじゃがいものトマト煮 マカロニサラダ スープ(ほうれんそう・たまねぎ) ヨーグルト(ブルーベリージャム)	牛乳 しらすおにぎり	鶏むね プレーンヨーグルト スキムミルク・牛乳 しらす干し・かつお削り節	食パン・薄力粉 じゃがいも・米油 砂糖・マカロニ・マヨドレ ブルーベリージャム・米 ごま油・白ごま	たまねぎ・トマト水煮 にんじん・グリーンピース ほうれんそう	食塩・コンソメ トマトケチャップ ウスターソース・水 しょうゆ・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	453 19.7 11.7 233 1.4 1.6
9	木	麦茶 かぼちゃ ボーロ	ごはん めかじきのフライ 野菜の煮物 みそ汁(こまつな・わかめ) バナナ	ジョア ミルクリースノーボール	めかじき・みそ ジョアマスカット スキムミルク	米・薄力粉 パン粉・米油・じゃがいも 砂糖	にんじん・グリーンピース こまつな・カットわかめ バナナ	食塩・水 中濃ソース かつお、昆布だし しょうゆ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	534 18 17 241 6 1.3
10	金	麦茶 星っこ	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツのおかか和え みそ汁(わかめ・油揚げ) パイナップル	牛乳 キャベツ たっぷり お好み焼き	豚小間・かつお削り節 油揚げ・みそ・牛乳	米・米油 砂糖 薄力粉	たまねぎ・にんじん カットわかめ パイナップル缶詰 キャベツ・青のり	かつお、昆布だし しょうゆ・みりん・食塩 水・中濃ソース・料理酒	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	400 16.7 11.4 148 1.1 1
11	土	麦茶 かぼちゃ ボーロ	ごはん サバの味噌煮 ほうれん草ソテー コンソメスープ(具材は当日子ども達と決めます)	牛乳 米粉のジャムサンド	サバ・牛乳 みそ	米・オリーブ油 米粉パン 薄力粉	ほうれん草・とうもろこし にんじん	魚醤・食塩 清酒・コンソメ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	488 16.9 14.8 224 1.4 1
13	月	麦茶 ミレービス ケット	カラフルチャーハン こまつなのチーズナムル スープ(たまねぎ・しめじ) オレンジ	牛乳 豆腐ドーナツ	豚ひき肉・粉チーズ 牛乳・絹ごし豆腐	米・ごま油 すり白ごま・薄力粉 砂糖・米油	にんじん・ピーマン こまつな・たまねぎ ぶなしめじ・オレンジ	鶏ガラスープ顆粒 食塩・水 ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 13.6 17.5 270 2 1.1
14	お誕生日	麦茶 うさぎの しっぽ	ふりかけごはん 鶏肉のから揚げ お星さまにんじん 茹でブロッコリー スープ(キャベツ・にんじん) オレンジ	牛乳 いちごジャムケーキ	かつお削り節 鶏むね・牛乳 牛乳・ホイップクリーム	米・白ごま ごま油・かたくり粉 米油 無塩バター 砂糖・マヨドレ・薄力粉 いちごミックスジャム	青のり・にんじん ブロッコリー・キャベツ オレンジ	しょうゆ おろしにんにく しょうが・水・食塩 コンソメ ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	486 19.1 16.5 220 1.3 0.9
15	水	麦茶 わいわい スティック ゼリー	ごはん 鶏の照り焼き じゃがいもとブロッコリーの彩り サラダ みそ汁(キャベツ・にんじん) オレンジ	牛乳 きな粉お麩ラスク	鶏もも・みそ・牛乳 きな粉	米・薄力粉 米油・じゃがいも マヨドレ・小町麩 無塩バター・砂糖	コーン・ブロッコリー キャベツ・にんじん オレンジ	しょうゆ・料理酒 みりん・食塩 かつお、昆布だし	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	396 16.3 13.8 172 1.6 0.9

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。
 ※都合により献立・食材を変更することがあります。
 ※全日卵を使用した献立はありません。

4月 給食献立表

令和8年

日	曜	午前	昼食	3時	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)	栄養量	未満児
16	木	麦茶 かぼちゃ ポーロ	ナポリタン キャベツとにんじんのサラダ スープ(こまつな・たまねぎ) りんご	牛乳 おかかおにぎり	豚ひき肉・牛乳 かつお削り節	スパゲティ・米油 砂糖・すり白ごま・米	たまねぎ・ピーマン キャベツ・にんじん こまつな・りんご	トマトケチャップ ウスターソース・コンソメ しょうゆ・水・食塩 かつお、昆布だし・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	422 14.2 11.4 193 1.6 1.4
17	金	麦茶 星っこ	ごはん たらの野菜あんかけ ひじきの炒り煮 みそ汁(じゃがいも・大根) ヨーグルト	牛乳 レーズン蒸しパン	たら・油揚げ・みそ ヨーグルト・牛乳	米・かたくり粉 砂糖・ごま油・じゃがいも 薄力粉・米油	たまねぎ・ピーマン にんじん・ひじき・大根 干しぶどう	料理酒・しょうゆ みりん かつお、昆布だし・水 ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 18.5 10.4 305 4.4 1.2
18	土	麦茶 かぼちゃ ポーロ	ごはん トマト煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ コンソメスープ(具材は当日子ども達と決めます)	牛乳 カップりんごゼリー うさぎのしっぽ	豚肉・牛乳	米・植物油(大豆) 砂糖・馬鈴薯澱粉 オリーブ油 カップりんごゼリー うさぎのしっぽ	玉ねぎ・トマトピューレ ぶなしめじ・かぼちゃ レーズン	水・トマトケチャップ 醸造酢(小麦粉) 食塩・コンソメ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	499 15 14.7 238 1.9 1.2
20	月	麦茶 ミレービスケット	チキンカレー キャベツのサラダ スープ(チンゲンサイ・たまねぎ) オレンジ	牛乳 五平餅	鶏むね・スキムミルク 牛乳・みそ	米・じゃがいも 米油・砂糖・白ごま	たまねぎ・にんじん キャベツ・コーン チンゲンサイ・オレンジ	水 カレーの王子様 トマトケチャップ 中濃ソース・穀物酢 食塩・コンソメ・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 15 8.8 194 1.5 1.4
21	火	麦茶 うさぎの しっぽ	麻婆豆腐丼 大根のさっぱりサラダ スープ(じゃがいも・いんげん) ピーチゼリー	牛乳 かぼちゃスコーン	鶏むね・スキムミルク みそ・牛乳・スキムミルク	米・ごま油・砂糖 かたくり粉・じゃがいも ピーチゼリー・薄力粉 米油	たまねぎ・大根 にんじん・さやいんげん かぼちゃ	水・しょうゆ 穀物酢 鶏ガラスープ顆粒 食塩 ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	499 16.1 17.5 228 2.1 1.2
22	水	麦茶 わいわい スティック ゼリー	食パン 鶏肉とじゃがいものトマト煮 マカロニサラダ スープ(ほうれんそう・たまねぎ) ヨーグルト(ブルーベリージャム)	牛乳 しらすおにぎり	鶏むね プレーンヨーグルト スキムミルク・牛乳 しらす干し・かつお削り節	食パン・薄力粉 じゃがいも・米油 砂糖・マカロニ・マヨドレ ブルーベリージャム・米 ごま油・白ごま	たまねぎ・トマト水煮 にんじん・グリーンピース ほうれんそう	食塩・コンソメ トマトケチャップ ウスターソース・水 しょうゆ・みりん	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	453 19.7 11.7 233 1.4 1.6
23	木	麦茶 かぼちゃ ポーロ	ごはん めかじきのフライ 野菜の煮物 みそ汁(こまつな・わかめ) バナナ	牛乳 ミルクアイスノーボール	めかじき・みそ・牛乳 スキムミルク	米・薄力粉 パン粉・米油・じゃがいも 砂糖	にんじん・グリーンピース こまつな・カットわかめ バナナ	食塩・水 中濃ソース かつお、昆布だし しょうゆ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	558 18.6 20.5 206 1.6 1.3
24	金	麦茶 星っこ	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツのおかか和え みそ汁(わかめ・油揚げ) パイナップル	牛乳 キャベツ たっぷり お好み焼き	豚小間・かつお削り節 油揚げ・みそ・牛乳	米・米油 砂糖 薄力粉	たまねぎ・にんじん カットわかめ パイナップル缶詰 キャベツ・青のり	かつお、昆布だし しょうゆ・みりん・食塩 水・中濃ソース・料理酒	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	400 16.7 11.4 148 1.1 1
25	土	麦茶 かぼちゃ ポーロ	ごはん サバの味噌煮 ほうれん草ソテー コンソメスープ(具材は当日子ども達と決めます)	牛乳 米粉のジャムサンド	サバ・牛乳 みそ	米・オリーブ油 米粉パン 薄力粉	ほうれん草・とうもろこし にんじん	魚醤・食塩 清酒・コンソメ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	488 16.9 14.8 224 1.4 1
27	月	麦茶 ミレービスケット	カラフルチャーハン こまつなのチーズナムル スープ(たまねぎ・しめじ) オレンジ	牛乳 豆腐ドーナツ	豚ひき肉・粉チーズ 牛乳・絹ごし豆腐	米・ごま油 すり白ごま・薄力粉 砂糖・米油	にんじん・ピーマン こまつな・たまねぎ ぶなしめじ・オレンジ	鶏ガラスープ顆粒 食塩・水 ベーキングパウダー	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	461 13.6 17.5 270 2 1.1
28	火	麦茶 うさぎの しっぽ	ごはん ひじき入りハンバーグ 切干しいんげんサラダ ブロッコリーのチャウダー パイナップル	牛乳 きつねおにぎり	鶏ひき肉・木綿豆腐 みそ・スキムミルク・牛乳 油揚げ	米・かたくり粉 米油・砂糖・ごま油 無塩バター・白ごま	ひじき・にんじん 切干しいんげん さやいんげん ブロッコリー・たまねぎ パイナップル缶詰	しょうが・料理酒 水・みりん・しょうゆ 穀物酢・コンソメ・食塩 かつお、昆布だし	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	503 18.4 13.5 316 3.1 1.2
30	木	麦茶 かぼちゃ ポーロ	ごはん 厚揚げと野菜のうま煮 切干大根とわかめの和え物 みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) オレンジ	牛乳 マカロニきな粉	厚揚げ・豚小間・みそ 牛乳・きな粉	米・ごま油・砂糖 かたくり粉・じゃがいも マカロニ	にんじん・こまつな 切干しいんげん カットわかめ・コーン たまねぎ・オレンジ	水 鶏ガラスープ顆粒 しょうゆ・食塩・穀物酢 かつお、昆布だし	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) カルシウム(mg) 鉄(mg) 食塩相当量(g)	419 17.4 11.7 255 2.3 1.3

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。
 ※都合により献立・食材を変更することがあります。
 ※全日卵を使用した献立はありません。