

令和7年度 4月 献立表

認定こども園長畑幼稚園

日曜日	献立名	主な材料			栄養価	おやつ
		血や骨になる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)		
1 (火)	ごはん たまごふりかけ かぼちゃ挽肉フライ キャベツドレッシング和え オレンジ 麦茶	豚肉 ツナ	米 和風ドレッシング 小麦粉 パン粉	オレンジ かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり コーン 塩昆布 のり	357kcal	昆布おにぎり
2 (水)	豚丼 大根サラダ いちご 牛乳	牛乳 豚肉 卵 ハム	米 マヨネーズ 砂糖	玉ねぎ いちご 大根 しらたき 人参 きゅうり コーン 万能ねぎ にんにく 生姜	455kcal	プリン
3 (木)	ごはん 肉じゃがが 白菜のおかか和え 豆腐ナゲット 麦茶	豚肉 おから 鶏肉 かつお節	米 じゃがいも 油 砂糖	玉ねぎ もやし しらたき 人参 ほうれん草 いんげん	376kcal	メープルパンケーキ
4 (金)	和風スパゲティ 胚芽ロール ブロッコリーツナマヨ 青りんごゼリー 牛乳	牛乳 ツナ ベーコン	胚芽ロール スパゲティ マヨネーズ 油	バナナ ブロッコリー 玉ねぎ しめじ コーン ビーマン 人参	343kcal	豆乳ドーナツ
7 (月)	ごはん 鮭の西京焼き 豚肉と昆布の炒め物 ブロッコリーごま和え 牛乳	牛乳 鮭 豚肉 大豆 かまぼこ さつま揚げ 味噌	米 油 砂糖	ブロッコリー しらたき 人参 コーン 昆布 絹さや ごま 生姜	421kcal	オレンジデニッシュ
8 (火)	ごはん マーボー豆腐 ほうれん草のナムル えびシュウマイ 麦茶	豆腐 豚肉 味噌 かつお節	米 片栗粉 砂糖 ごま 油	もやし ほうれん草 玉ねぎ 人参 たらこ ごま のり 生姜	376kcal	おかかおにぎり
9 (水)	ごはん すき焼き風煮 切干大根とツナのサラダ オレンジ 牛乳	牛乳 豚肉 豆腐 ツナ	米 砂糖 ごま油	オレンジ 白菜 玉ねぎ しらたき もやし 人参 きゅうり 切干大根 ごま	389kcal	たい焼き
10 (木)	コッペパン ジャムンマーガリン ハンバーグケチャップソース マセドアンサラダ 桃ゼリー 牛乳	牛乳 鮭	コッペパン 米 さつまいも じゃがいも マヨネーズ マーガリン 砂糖 油	いちごジャム 人参 コーン きゅうり のり ハゼリ	427kcal	鮭おにぎり
11 (金)	醤油ラーメン 豚肉とキャベツの中華炒め 焼き餃子 ミニパン缶 麦茶	豚肉	中華麺 餃子の皮 油 ごま油	パインアップル キャベツ 玉ねぎ もやし コーン 人参 たらこ わかめ	360kcal	ブドウゼリー
14 (月)	ごはん さばのみりん焼き じゃがいものぼろ煮 ほうれん草の磯和え 麦茶	さば 鶏肉 チーズ	米 じゃがいも ホットケーキ粉 砂糖 油 片栗粉	ほうれん草 人参 コーン 絹さや のり	342kcal	チーズ蒸しパン
15 (火)	ごはん かつおふりかけ メンチカツ ツナサラダ バナナ 麦茶	ツナ 油揚げ	米 和風ドレッシング 油	バナナ キャベツ 人参 きゅうり コーン	384kcal	きつねおにぎり
16 (水)	二色丼 ブロッコリーとれんこんのサラダ みかん缶 牛乳	牛乳 鶏肉 卵 ツナ	米 マヨネーズ 砂糖 油	みかん ブロッコリー れんこん 人参 コーン 絹さや 生姜	434kcal	baumクーヘン
17 (木)	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜納豆和え オレンジ 麦茶	鮭 納豆 味噌	米 砂糖 油 ごま油	オレンジ キャベツ 小松菜 玉ねぎ 大根 人参 しめじ ごま	328kcal	りんごゼリー
18 (金)	ポークカレーライス 春雨サラダ お祝いいちごクレープ 牛乳	牛乳 豚肉 卵 おから ハム	米 じゃがいも 小麦粉 バター 砂糖 春雨 ごま油	玉ねぎ 人参 きゅうり グリンピース	517kcal	食べっこどうぶつ
21 (月)	ごはん コロッケ ブロッコリーソテー みかん缶 麦茶	魚肉ソーセージ	米 油	ブロッコリー みかん 玉ねぎ 人参 コーン	354kcal	カステラ
22 (火)	ごはん 鮭の塩焼き 栄養きんぴら 浅漬け 牛乳	牛乳 鮭 豚肉 さつま揚げ	米 マカロニ 砂糖 ごま油 油	大根 ごぼう きゅうり 人参 いんげん	372kcal	フルーチェ
23 (水)	ごはん 親子煮 小松菜しらす炒め バナナ 麦茶	鶏肉 卵 なたしらす ツナ 高野豆腐	米 砂糖 ごま油	小松菜 バナナ 玉ねぎ 人参 コーン みつば のり	399kcal	クリームコンフェ
24 (木)	黒糖ロール 鶏肉のトマトソースがけ さつまいもサラダ オレンジ 牛乳	牛乳 鶏肉 ハム ツナ	黒糖ロール さつまいも 米 マヨネーズ 油 砂糖	オレンジ 玉ねぎ トマト きゅうり マッシュルーム 人参 のり	368kcal	和風ツナおにぎり
25 (金)	～誕生会メニュー～ 赤飯 ササミフライ マカロニサラダ カスタードプリン すまし汁(麩・オクラ・わかめ) 麦茶	ヨーグルト 牛乳 卵 鶏肉 ハム ささげ	米 マカロニ マヨネーズ 砂糖 もち米 パン粉 油 小麦粉 麩	オクラ 人参 しめじ コーン きゅうり ごま塩 わかめ	440kcal	ヨーグルト
28 (月)	ごはん アジフライ・ソース チンゲン菜と揚げのさつと煮 ヨーグルト和え みそ汁(なめこ・豆腐) 麦茶	ヨーグルト 豆腐 味噌 さつま揚げ	米 油 砂糖	チンゲン菜 桃 みかん パインアップル なめこ ねぎ 人参 えのきたけ	349kcal	大判焼きカスタード
29 (火)	昭和の日					
31 (月)	ごはん たまごふりかけ 鶏肉のごま味噌焼き にらもやしそてー オレンジ 牛乳	牛乳 鶏肉 ベーコン 味噌	米 油 ごま油 砂糖	オレンジ もやし 人参 にら ごま のり	409kcal	いりこ菜飯おにぎり

※仕入れの都合により献立に内容が変更になることがあります。
 ※アレルギーのあるお子さんは事前にお知らせ下さい。
 ※()表示、※表示はアレルギー食対応です。
 ※おやつには麦茶がつかます。

	平均	目標量
エネルギー	391kcal	395kcal
たんぱく質	15.4g	15.8g
脂質	12.0g	11.0g
塩分	1.2g	1.3g

※3歳未満児は数値の80%の栄養量になります。

