令和8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 血や骨になる（赤）	熱や力になる（黄）	体の調子を整える（緑）	栄養価	おやつ
1 (水)	豚丼　大根サラダ　バナナ　牛乳	牛乳　豚肉　ハム	米　除去マヨネーズ　砂糖	人参　玉ねぎ　しらたき 万能ねぎ　大根　きゅうり コーン　バナナ にんにく　生姜	475kcal	プリン
2 (木)	醤油ラーメン　豚肉とキャベツの中華炒め 焼餃子　パイン缶　麦茶	豚肉	中華めん　米　ぎょうざの皮 油　ごま油	キャベツ　玉ねぎ　人参　にら もやし　パイナップル にんにく　生姜 コーン　わかめ	360kcal	わかめおにぎり
3 (金)	ビビンバ丼　錦糸シュウマイ　フルーツ杏仁　麦茶	豚肉　味噌	米　砂糖　油　ごま油	もやし　大豆もやし　ほうれん草 人参　パイナップル　みかん にんにく　ごま	412kcal	クリームコンフェ
6 (月)	ごはん　鮭の西京焼き　豚肉と昆布の炒め煮 ブロッコリーのごま和え　牛乳	牛乳　鮭　豚肉　大豆 かまぼこ　さつま揚げ　味噌	米　油　砂糖	人参　しらたき　絹さや ブロッコリー　コーン 昆布　ごま	421kcal	メロンパン
7 (火)	ごはん　マーボー豆腐　ほうれん草のナムル プチ肉まん　麦茶	豆腐　豚肉　味噌	米　片栗粉　砂糖　ごま油	玉ねぎ　人参　にら ほうれん草　もやし　ごま にんにく　生姜	379kcal	クラッシュゼリー
8 (水)	ごはん　鶏肉のごま味噌焼き にらもやしソテー　三色豆　牛乳	牛乳　鶏肉　三色豆 ベーコン　味噌	米　油　ごま油　砂糖	もやし　にら　人参 にんにく　ごま	436kcal	たい焼き
9 (木)	食パン　いちごジャム　マカロニのクリーム煮 温州みかんゼリー　野菜スープ　牛乳	牛乳　鶏肉　ベーコン　ツナ	食パン　米　じゃがいも マカロニ	玉ねぎ　人参　しめじ　コーン グリンピース　キャベツ　トマト のり	357kcal	ツナ昆布おにぎり
10 (金)	ごはん　肉じゃが　白菜のおかか和え 豆腐ナゲット　麦茶	豚肉　かつお節	米　じゃがいも　油　砂糖	じゃがいも　玉ねぎ　人参 しらたき　いんげん ほうれん草　もやし	376kcal	原宿ドックカスタード
13 (月)	ごはん　鮭の塩焼き　栄養きんぴら　オレンジ　牛乳	牛乳　鮭　豚肉　さつま揚げ	米　マカロニ　砂糖　ごま油　油	オレンジ　ごぼう 人参　いんげん	386kcal	クリームパン
14 (火)	きつねうどん　野菜のかきあげ ほうれん草のごま和え　みかん缶　麦茶	油揚げ　かまぼこ　きな粉	うどん　ホットケーキ 油　砂糖	みかん　ねぎ　ほうれん草 人参　コーン　ごま	348kcal	黒糖きなこ蒸しパン
15 (水)	ポークカレーライス　春雨サラダ　青りんごゼリー　牛乳	牛乳　豚肉　ハム　かつお節	米　じゃがいも　春雨 砂糖　ごま油	じゃがいも　人参　玉ねぎ グリンピース　きゅうり　のり	468kcal	おかかおにぎり
16 (木)	ごはん　ハンバーグデミソース ほうれん草とベーコンのソテー お祝いいちごゼリー　麦茶	ベーコン	米　油　砂糖　バター	玉ねぎ　マッシュルーム ほうれん草　玉ねぎ　コーン	353kcal	大判焼きカスタード
17 (金)	ごはん　たまごふりかけ　コロッケ ブロッコリーソテー　ヨーグルト和え　麦茶	ヨーグルト　魚肉ソーセージ	米　砂糖　油	ブロッコリー　人参　玉ねぎ コーン　みかん パイナップル　桃	375kcal	ベジたべる
20 (月)	ごはん　さばのみりん焼き　じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草の磯和え　麦茶	ヨーグルト　さば　鶏肉	米　じゃがいも　砂糖 油　片栗粉	人参　絹さや　ほうれん草 コーン　のり	342kcal	ヨーグルト
21 (火)	ごはん　かつおふりかけ　メンチカツ ツナサラダ　バナナ　牛乳	牛乳　卵　ツナ	米　油　和風ドレッシング コッペパン　除去マヨネーズ	バナナ　キャベツ 人参　きゅうり　コーン	444kcal	卵サンド
22 (水)	焼きそば　胚芽ロール　スマイルポテト ブロッコリードレッシング和え　牛乳	牛乳　豚肉　ツナ	焼きそば麺　米　胚芽ロール	キャベツ　玉ねぎ　人参 ピーマン　もやし　ブロッコリー コーン　のり	377kcal	いりこ菜飯おにぎり
23 (木)	～アレルギーなしメニュー～ ごはん　鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜の納豆和え　いちご　麦茶	鮭　納豆　味噌	米　油　ごま油　砂糖	いちご　キャベツ　玉ねぎ 人参　しめじ　小松菜 たくあん　ごま	319kcal	チーズ蒸しケーキ
24 (金)	～誕生会メニュー～ わかめごはん　ヒレカツ　シルバーサラダ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｸﾚｰﾌﾟ　すまし汁(はんぺん･わかめ)　麦茶	豚肉　はんぺん　ハム	米　除去マヨネーズ 春雨　油	人参　きゅうり　コーン しめじ　三つ葉　わかめ	427kcal	ブドウゼリー
27 (月)	ごはん　鮭ふりかけ　はんぺんチーズフライ 青菜と干しエビの炒め物　オレンジ　麦茶	はんぺん　チーズ　干しエビ	米　砂糖　パン粉 小麦粉　油　ごま油	オレンジ　小松菜 コーン　しめじ	340kcal	豆乳ドーナツ
28 (火)	ごはん　親子煮　小松菜しらす炒め　バナナ　麦茶	鶏肉　卵　なると しらす　高野豆腐	米　砂糖　ごま油	バナナ　玉ねぎ　三つ葉 小松菜　人参　コーン	399kcal	りんごゼリー
29 (水)	昭和の日					
30 (木)	ごはん　ホッケの塩こうじ焼き 小松菜とさつま揚げの煮浸し みかん缶　みそ汁(高野豆腐･玉ねぎ)　麦茶	ホッケ　さつま揚げ 豆腐　味噌　高野豆腐	米　ホットケーキ粉 米こうじ　砂糖　油	みかん　小松菜　人参 しめじ　玉ねぎ　ごま	329kcal	豆腐のスコーン

※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きます。

＜昼食　平均栄養量＞

	平均	目標量
エネルギー	387kcal	395kcal
たんぱく質	15.0g	15.8g
脂質	11.0g	11.0g
塩分	1.3g	1.3g

※3歳未満児は数値の80%の栄養量になります。