

4月 給食献立表

令和7年度

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	栄養量	
2	水	◇入園式・進級式◇ 春野菜のスープ ミートローフ オレンジ	ジョア ★カレー風味パン	豚もも・ベーコン・さくらえび 油揚げ・鶏ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳・明治ラブ	じゃがいも・さといも・パン粉・車糖 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・大根・キャベツ さやえんどう・こねぎ・だし昆布 ブロッコリー・さいいんげん・パセリ バレンシアオレンジ	1食分-(kcal) 421 たんぱく質(g) 25.1 脂質(g) 13.3	
3	木	鶏肉のオレンジ焼き 胡麻和え ワカメスープ パン缶	粉乳(ココア入) ★お芋クッキー	鶏もも・まぐろ缶詰・かつお節 脱脂粉乳・鶏卵	マーメイド・車糖・ごま ホットケーキミックス・さつまいも 無塩バター	にんにく・こまつな・にんじん りょくとうもやし・きゅうり・スイートコーン ブロッコリー・カットわかめ・たまねぎ こねぎ・バインアップル缶詰	1食分-(kcal) 394 たんぱく質(g) 21.2 脂質(g) 14.3	
4	金	ちゃんぽん 高菜のそぼろ煮 バナナ	粉乳 ★クワックツ風トースト	豚かた・しばえび・蒸しかまぼこ 豚ガラ・鶏ガラ・豚ひき肉 脱脂粉乳・ロースハム プロセスチーズ・鶏卵・明治ラブ	中華めん・なたね油・ごま・車糖 食パン・無塩バター	たまねぎ・にんじん・キャベツ りょくとうもやし・こねぎ・たかな漬 バナナ	1食分-(kcal) 456 たんぱく質(g) 25.6 脂質(g) 10.2	
5	土	豚肉と干し大根の煮物 棒餃子 黄桃缶	牛乳 ビスコ	豚かた・厚揚げ・かつお節 普通牛乳	車糖・ごま・なたね油・棒餃子 ビスコ	たまねぎ・にんじん・切干しいたけ ごぼう・えのきたけ・生しいたけ キャベツ・グリーンピース・だし昆布 もも缶詰	1食分-(kcal) 443 たんぱく質(g) 18.4 脂質(g) 20.9	
7	月	麻婆豆腐 手作りシウマイ みかん缶	粉乳 ★米粉のもちもちホットケーキ	豚ひき肉・木綿豆腐・麦みそ はんぺん・脱脂粉乳・普通牛乳 ホイップクリーム	車糖・かたくり粉・ごま油 しゅうまいの皮・米粉 ホットケーキミックス	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん たけのこ水漬缶詰・生しいたけ・こねぎ キャベツ・みかん缶詰	1食分-(kcal) 462 たんぱく質(g) 24.8 脂質(g) 17.1	
8	火	魚のチーズフライ 酢の物 キャベツのみそ汁 パン缶	粉乳 ★チヂミ	まだい・鶏卵・パルメザンチーズ 蒸しかまぼこ・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳・豚ばら 明治ラブ	薄力粉・パン粉・なたね油 緑豆はるさめ・車糖・ごま油 じゃがいも	しょうが・パセリ・きゅうり・にんじん りょくとうもやし・キャベツ・たまねぎ えのきたけ・こねぎ バインアップル缶詰・にら	1食分-(kcal) 455 たんぱく質(g) 29.4 脂質(g) 17	
9	水	豚汁 豆腐入りさつま揚げ オレンジ	麦茶 ★卵と塩昆布のおにぎり	豚もも・油揚げ・厚揚げ・麦みそ かつお節・いとよりだい・木綿豆腐 鶏卵	じゃがいも・さといも・なたね油 かたくり粉・米	たまねぎ・にんじん・ごぼう・大根 ほんしめじ・りょくとうもやし・こねぎ だし昆布・バレンシアオレンジ・塩昆布	1食分-(kcal) 373 たんぱく質(g) 17.2 脂質(g) 12.7	
10	木	タンドリーチキン 温野菜 もずくスープ 黄桃缶	粉乳(ココア入) ★スイートポテト	鶏もも・ヨーグルト・ロースハム 木綿豆腐・かつお節・脱脂粉乳 明治ラブ・鶏卵	車糖・食パン・さつまいも 無塩バター	にんにく・たまねぎ・キャベツ・きゅうり にんじん・ほんしめじ・スイートコーン缶詰 こまつな・おきなわもずく りょくとうもやし・生しいたけ・こねぎ ま昆布・もも缶詰	1食分-(kcal) 447 たんぱく質(g) 24.3 脂質(g) 17.5	
11	金	鶏の磯部揚げ 切り干し大根のナムル じゃが芋のみそ汁 みかん缶	粉乳 ★ウインナーパイ	鶏もも・麦みそ・煮干し・脱脂粉乳 ウインナー・鶏卵	かたくり粉・なたね油・ごま油・車糖 じゃがいも・パイ皮	しょうが・にんにく・あおのり 切干しいたけ・りょくとうもやし こまつな・にんじん・たまねぎ えのきたけ・こねぎ・みかん缶詰	1食分-(kcal) 413 たんぱく質(g) 23 脂質(g) 19.7	
12	土	焼きそば のり佃煮 たまごスープ バナナ	牛乳 ワッフル	豚かた・蒸しかまぼこ・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳	中華めん・なたね油・ワッフル	たまねぎ・にんじん・生しいたけ えのきたけ・キャベツ・りょくとうもやし 青ピーマン・Feのり佃煮・こまつな バナナ	1食分-(kcal) 452 たんぱく質(g) 21.2 脂質(g) 14.7	
14	月	吉野汁 松風焼き オレンジ	粉乳 ★お好み揚げ	鶏もも・油揚げ・厚揚げ・かつお節 鶏ひき肉・鶏卵・脱脂粉乳 しらす干し・かに風味かまぼこ	じゃがいも・さといも・かたくり粉 なたね油・車糖・ごま・ながいも 薄力粉	たまねぎ・にんじん・大根 りょくとうもやし・こねぎ・だし昆布 バレンシアオレンジ・キャベツ・あおのり	1食分-(kcal) 399 たんぱく質(g) 25.4 脂質(g) 15.8	
15	火	白身魚のレソッスと和え 炒り豆腐 揚げのみそ汁 パン缶	粉乳 ★大学芋	しいら・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 煮干し・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・車糖 さつまいも・水あめ・ごま	レモン・にんじん・大根・生しいたけ りょくとうもやし・スイートコーン・こねぎ トマト・たまねぎ・西洋かぼちゃ バインアップル缶詰	1食分-(kcal) 476 たんぱく質(g) 24.9 脂質(g) 14.2	
16	水	春雨と豚肉の炒め物 ワンタンスープ バナナ	粉乳 ★生クリーム入りケーキ	豚かた・蒸しかまぼこ・鶏卵 脱脂粉乳・クリーム	緑豆はるさめ・ごま油・車糖・ごま ホットケーキミックス・無塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ キャベツ・ぶなしめじ・りょくとうもやし こねぎ・バナナ	1食分-(kcal) 449 たんぱく質(g) 20.3 脂質(g) 13.3	
17	木	チキンカツ スパサラ 春野菜スープ 黄桃缶	粉乳 ★ココアラスク	鶏もも・鶏卵・まぐろ缶詰 かつお節・脱脂粉乳	薄力粉・パン粉・なたね油・車糖 マカニ・スパゲッティ・マヨネーズ じゃがいも・食パン・無塩バター	パセリ・にんじん・きゅうり・ブロッコリー スイートコーン・キャベツ・たまねぎ さやえんどう・だし昆布・もも缶詰	1食分-(kcal) 431 たんぱく質(g) 23 脂質(g) 18.5	
18	金	肉みそラーメン 大粒肉しゅうまい みかん缶	粉乳(ココア入) ★ボンデ・ドーナツ	豚ひき肉・赤色辛みそ・鶏卵 豚ガラ・鶏ガラ・肉しゅうまい 脱脂粉乳・ヨーグルト・絹ごし豆腐	中華めん・車糖・なたね油・白玉粉 ホットケーキミックス・グラニュー糖	しょうが・にんじん・たまねぎ りょくとうもやし・キャベツ・こねぎ みかん缶詰	1食分-(kcal) 478 たんぱく質(g) 22.1 脂質(g) 14	
19	土	筑前煮 一食納豆 Feすりおろしゼリー	牛乳 アスパラガストビスケット	鶏もも・厚揚げ・かつお節 糸引き納豆・普通牛乳	さといも・車糖・なたね油 Feすりおろしゼリー アスパラガストビスケット	たまねぎ・にんじん・ごぼう・大根 生しいたけ・グリーンピース・だし昆布	1食分-(kcal) 405 たんぱく質(g) 19.6 脂質(g) 21.7	
21	月	さつま汁 さつま芋とコーンのかき揚げ オレンジ	粉乳 ★ママーレードサブレ	鶏もも・油揚げ・木綿豆腐 かつお節・麦みそ・鶏卵・脱脂粉乳 普通牛乳	じゃがいも・さといも・なたね油 さつまいも・薄力粉・ホットケーキミックス 無塩バター・ママーレード	たまねぎ・にんじん・大根・こねぎ スイートコーン・バレンシアオレンジ	1食分-(kcal) 424 たんぱく質(g) 22.3 脂質(g) 13.3	
22	火	ガリバタチキン 和風サラダ コンソメスープ パン缶	粉乳(ココア入) ★お芋のスティックパイ	鶏もも・ロースハム・脱脂粉乳 明治ラブ・鶏卵	かたくり粉・車糖・無塩バター じゃがいも・さつまいも・パイ皮 ごま	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・こまつな・たまねぎ ほうれんそう・だし昆布 バインアップル缶詰	1食分-(kcal) 445 たんぱく質(g) 21.3 脂質(g) 18	
23	水	ポークカレー ささみサラダ ヤクルト400	粉乳 ★フランクソテー	豚かた・ささ身・脱脂粉乳 フランクフルト	じゃがいも・なたね油・ごま ヤクルト	たまねぎ・青ピーマン・ブロッコリー にんじん・西洋かぼちゃ・キャベツ きゅうり	1食分-(kcal) 467 たんぱく質(g) 24.9 脂質(g) 19.5	
24	木	中華スープ ハム入り卵焼き バナナ	粉乳 ★ピザトースト	油揚げ・鶏卵・ロースハム 脱脂粉乳・ベーコン エメンタルチーズ	じゃがいも・緑豆はるさめ なたね油・車糖・食パン	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ 生しいたけ・えのきたけ・こまつな だし昆布・こねぎ・バナナ・青ピーマン スイートコーン	1食分-(kcal) 474 たんぱく質(g) 26.9 脂質(g) 16.8	
25	金	◇誕生会◇ お子様ランチ 海老フライ コロケ ミートボール マイルポテト おかか和え トマト おさ汁 いちご	粉乳 ケーキ	しばえび・鶏卵・まぐろ缶詰 かつお節・木綿豆腐 かつお節・脱脂粉乳	薄力粉・パン粉・なたね油 コロケ・フライドポテト・車糖 ショートケーキ	こまつな・にんじん・りょくとうもやし きゅうり・スイートコーン・ブロッコリー・トマト あおさ・生しいたけ・こねぎ・ま昆布 いちご	1食分-(kcal) 424 たんぱく質(g) 22.3 脂質(g) 13.3	
26	土	◇保育参観◇ すき焼き風煮 豆腐のフタ揚げ みかん缶		豚かた・焼き豆腐・かつお節 鶏ひき肉・木綿豆腐・鶏卵	うどん・なたね油・車糖・薄力粉 マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・えのきたけ 生しいたけ・根深ねぎ・はくさい こまつな・だし昆布・スイートコーン みかん缶詰	1食分-(kcal) 424 たんぱく質(g) 22.3 脂質(g) 13.3	
28	月	◇子どもの日の園外保育◇家からのお弁当◇遠足のおやつ						
30	水	きびなごのから揚げ きんぴら チンゲン菜のみそ汁 パン缶	粉乳(ココア入) ★塩バタークッキー	きびなご・鶏もも・だいず・油揚げ 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳	かたくり粉・なたね油・ごま油・車糖 ごま・じゃがいも・ホットケーキミックス 無塩バター	しょうが・ごぼう・たまねぎ・にんじん ほんしめじ・さやえんどう・トマト チンゲンサイ・えのきたけ・こねぎ バインアップル缶詰	1食分-(kcal) 446 たんぱく質(g) 24.3 脂質(g) 17.7	

(※ このマークの日はご飯はいりません)