


# 4月の献立表

日	全園児				栄養価			
	3歳未満児	主食	昼食	午後おやつ	3歳未満児	3歳以上児		
1月	麦茶 棒ビスケット	パン	卵サンド パイナップル キャバツのミルクスープ	麦茶 おいなりさん	エネルギー 405kcal タンパク質 12.6g 脂質 17.4g 食塩 1.4g	エネルギー 393kcal タンパク質 13.8g 脂質 17.0g 食塩 1.7g		
2火	麦茶 いかくん	めん	スパゲティナーポリタン グレープフルーツ 牛乳 ハムチーズピカタ	麦茶 ふるふる杏仁	エネルギー 407kcal タンパク質 18.9g 脂質 14.8g 食塩 1.9g	エネルギー 480kcal タンパク質 19.2g 脂質 18.3g 食塩 1.6g		
3水	麦茶 ウエハース	ごはん	中華丼 チキンリング オレンジ 麦茶	牛乳 コッペパン	エネルギー 526kcal タンパク質 15.5g 脂質 20.8g 食塩 1.4g	エネルギー 675kcal タンパク質 21.2g 脂質 26.4g 食塩 1.8g		
4木	麦茶 チーズ	めん	焼きうどん コーンシユウマイ 黄桃缶 麦茶	牛乳 のりトースト	エネルギー 332kcal タンパク質 15.8g 脂質 14.3g 食塩 1.8g	エネルギー 365kcal タンパク質 16.2g 脂質 13.1g 食塩 1.6g		
5金	麦茶 野菜せんべい	ごはん	【入園進級式】ちらしごはん チーズサラダ 桜マカロニスープ いちご 麦茶	豆乳 動物ビスケット	エネルギー 448kcal タンパク質 13.7g 脂質 10.5g 食塩 1.8g	エネルギー 522kcal タンパク質 16.7g 脂質 13.3g 食塩 2.3g		
6土	ブチダノン	めん	和風スパゲティー パナナ 牛乳		エネルギー 432kcal タンパク質 16.1g 脂質 16.0g 食塩 0.8g	エネルギー 473kcal タンパク質 17.3g 脂質 17.7g 食塩 1.0g		
7日			お休み					
8月	麦茶 クラッカー	ごはん	鮭カレーパン粉焼き きのこスープ オレンジ 麦茶	牛乳 いちごジャム蒸しパン	エネルギー 572kcal タンパク質 20.4g 脂質 21.9g 食塩 1.2g	エネルギー 648kcal タンパク質 24.6g 脂質 24.3g 食塩 1.4g		
9火	麦茶 チータラ	ごはん	炒り豆腐 かぶときゅうりの浅漬け えのきの味噌汁 トマト 麦茶	牛乳 ナンDEチョコバナナ	エネルギー 520kcal タンパク質 21.4g 脂質 17.7g 食塩 1.4g	エネルギー 609kcal タンパク質 24.6g 脂質 19.1g 食塩 1.9g		
10水	麦茶 大豆煮	ごはん	香野菜のかき揚げ 納豆しらす和え 旬すまし汁 グレープフルーツ 麦茶	麦茶 星せんべい	エネルギー 424kcal タンパク質 20.6g 脂質 8.7g 食塩 1.4g	エネルギー 467kcal タンパク質 21.8g 脂質 9.2g 食塩 1.4g		
11木	麦茶 マリナービスケット	ごはん	五目卵焼き 小松菜と桜えびのごま和え なめこの味噌汁 ミニトマト 麦茶	牛乳 クロワッサンラスク	エネルギー 546kcal タンパク質 17.8g 脂質 21.1g 食塩 1.8g	エネルギー 626kcal タンパク質 21.7g 脂質 25.5g 食塩 2.1g		
12金	麦茶 蒸しそば	ごはん	アスパラつくね わかめのすまし汁 麦茶 キャバツと厚揚げの味噌マヨ和え みかん缶	牛乳 小魚スナック	エネルギー 500kcal タンパク質 22.2g 脂質 17.5g 食塩 2.1g	エネルギー 549kcal タンパク質 27.0g 脂質 22.3g 食塩 2.7g		
13土	りんごゼリー	めん	焼きそば グレープフルーツ 牛乳	★4月26日(金)は	エネルギー 162kcal タンパク質 5.6g 脂質 0.2g	エネルギー 149kcal タンパク質 9.9g 脂質 7.1g 食塩 0.3g		
14日			お休み					
15月	麦茶 大根煮	ごはん	チキンカレー スナックえんどうの卵サラダ 福神漬け オレンジ 麦茶	ジョア 焼きドーナツ おしやぶり昆布	エネルギー 614kcal タンパク質 23.1g 脂質 21.0g 食塩 1.7g	エネルギー 696kcal タンパク質 22.8g 脂質 26.5g 食塩 2.0g		
16火	牛乳 シリアール	パン	スティックパン クラムチャウダー 星コロツケ いちご 麦茶	麦茶 しらすおにぎり	エネルギー 469kcal タンパク質 18.3g 脂質 12.2g 食塩 2.3g	エネルギー 415kcal タンパク質 16.9g 脂質 10.0g 食塩 2.2g		
17水	麦茶 蒸しかぼちゃ	ごはん	マーボー豆腐 アスパラマカロニサラダ グレープフルーツ 麦茶	牛乳 ハッピーターナー アセロラゼリー	エネルギー 457kcal タンパク質 15.8g 脂質 15.9g 食塩 0.7g	エネルギー 541kcal タンパク質 19.1g 脂質 19.7g 食塩 0.9g		
18木	麦茶 卵ポロロ	めん	ちゃんぽんラーメン ショーロンポー バナナ 麦茶	麦茶 豆乳リゾット	エネルギー 474kcal タンパク質 14.2g 脂質 11.5g 食塩 2.1g	エネルギー 565kcal タンパク質 18.2g 脂質 13.5g 食塩 2.8g		
19金	麦茶 青のりせんべい	ごはん	香野菜シチュー ミニトマト 切干大根とごぼうのツナサラダ 麦茶	牛乳 りんごと人参マフィン	エネルギー 562kcal タンパク質 18.0g 脂質 20.0g 食塩 1.6g	エネルギー 679kcal タンパク質 22.4g 脂質 25.0g 食塩 1.9g		
20土	プリン	ごはん	肉野菜丼 オレンジ 牛乳	毎月19日は	エネルギー 345kcal タンパク質 11.6g 脂質 10.6g 食塩 0.5g	エネルギー 380kcal タンパク質 13.8g 脂質 13.7g 食塩 0.6g		
21日			お休み					
22月	麦茶 パイナップル	ごはん	厚揚げとキャバツの卵とじ 玉ねぎ味噌汁 トマト 麦茶	カルピス メロンパン	エネルギー 505kcal タンパク質 19.9g 脂質 13.6g 食塩 0.9g	エネルギー 601kcal タンパク質 24.7g 脂質 16.9g 食塩 1.2g		
23火	麦茶 さくっと昆布	ごはん	さわら照り焼きレモン キャバツの味噌汁 オレンジ 麦茶	牛乳 マヨコーンピザ	エネルギー 438kcal タンパク質 21.6g 脂質 13.4g 食塩 1.6g	エネルギー 521kcal タンパク質 25.6g 脂質 16.7g 食塩 2.0g		
24水	麦茶 蒸しじゃが芋	ごはん	鶏肉パブリカ塩炒め かぶのスープ グレープフルーツ 麦茶	牛乳 フルーツシリアール	エネルギー 404kcal タンパク質 13.9g 脂質 8.9g 食塩 1.2g	エネルギー 488kcal タンパク質 16.8g 脂質 11.2g 食塩 1.6g		
25木	麦茶 Caせんべい	ごはん	二つたま炒め 春雨中華サラダ わかめスープ ミニトマト 麦茶	牛乳 今川焼き	エネルギー 417kcal タンパク質 15.2g 脂質 12.4g 食塩 1.1g	エネルギー 477kcal タンパク質 18.5g 脂質 15.3g 食塩 1.2g		
26金	麦茶 ビスコ	ごはん	★だけのごはん かぶとフロッコリーのサラダ いちご 麦茶	牛乳 ミルクレープ	エネルギー 598kcal タンパク質 21.8g 脂質 21.9g 食塩 1.0g	エネルギー 696kcal タンパク質 27.9g 脂質 28.8g 食塩 1.3g		
27土	ヨーグルト	パン	ハムサンド パナナ 牛乳	～旬の食材～	エネルギー 282kcal タンパク質 10.3g 脂質 8.8g 食塩 1.0g	エネルギー 295kcal タンパク質 9.1g 脂質 10.8g 食塩 1.0g		
28日			お休み					
29月			昭和の日					
30火	麦茶 ココナッツサブシ	ごはん	ビーフン炒め シーフードサラダ 麩の味噌汁 オレンジ 麦茶	牛乳 いちご揚げパン	エネルギー 472kcal タンパク質 19.3g 脂質 18.0g 食塩 1.7g	エネルギー 573kcal タンパク質 22.9g 脂質 17.3g 食塩 2.2g		

🍴 はスプーン、🍴 はフォークを、お箸と一緒に持ってきてください。マークがない日はお箸だけ持ってきてください。

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。  
献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。

平均  
エネルギー 569kcal  
タンパク質 21.9g  
脂質 18.4g 食塩 1.8g



# 献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1	麦茶 棒ビスケット	2	麦茶 いかくん	3	麦茶 ウエハース	4	麦茶 チーズ	5	麦茶 野菜せんべい	6	プチダノン
だまごサンド	ランチパックたまご	スパゲティープオ リタン	スパゲティープオ リタン	中華丼	中華丼	焼きうどん	焼きうどん	ちらし寿司	ちらし寿司	和風ツナスパゲ ティ	和風ツナスパゲ ティ
キャベツのミルク スープ	キャベツ コーン缶 ほうたて 豆乳 食塩 コン ソメ にんじん えのき じゃがいも	ハムチーズピカタ	ハムチーズピカタ	チキンリング	チキンリング	シュウマイ(コー ン)	シュウマイ(コー ン)	ひとくちエビフライ	いちご 麦茶	バナナ	バナナ
パイン缶		グレープフルーツ	グレープフルーツ	オレンジ	オレンジ	黄桃缶	黄桃缶	チーズサラダ	キャベツ きゅうり チーズ コーン缶 にんじ ん 油 食塩 酢	牛乳	牛乳
牛乳		牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	桜マカロニスープ	マカロニ たまねぎ トマト エリンギ ベーコ ン コンソメ 食塩 パセリ粉		
麦茶		麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	豆乳			
いなり寿司		ふるふる杏仁	ふるふる杏仁	コッパパン	コッパパン	海苔トースト	海苔トースト	プッチンプリン	動物ビスケット		
8	麦茶 クラッカー	9	麦茶 チータラ	10	麦茶 大豆煮	11	麦茶 マリービスケット	12	麦茶 蒸しさつま芋	13	りんごゼリー
ご飯	オレンジ 麦茶	ご飯	トマト 麦茶	ご飯	グレープフルーツ 麦茶	ご飯	ミニトマト 麦茶	ご飯	みかん缶 麦茶	焼きそば	焼きそば
鮭のカレーパン粉 焼き	鮭 食塩 カレー粉 にんじん パセリ パン粉 無塩バター 油	炒り豆腐	豆腐 鶏肉 卵 人参 椎茸 玉ねぎ 枝豆 こ ま油 砂糖 みりん 醤油 まめブラス	かき揚げ(春野 菜)	アスパラガス じゃがいも 玉ねぎ えび 小麦 粉 卵 油 しょうゆ	五目卵焼き	卵 たけのこ にんじん しいたけ ひじき 枝 豆 かつお節 しょうゆ みりん	アスパラつくね	鶏肉 アスパラガス 玉ねぎ 椎茸 椎茸 豆腐 まめブラス 塩 卵 片栗粉 めんつゆ	グレープフルーツ	グレープフルーツ
ジャーマンポテ	ウインナー じゃがいも たまねぎ にんにく 油 パセリ粉 食塩	かぶときゅうりの 浅漬け	かぶ きゅうり 塩こうじ	納豆しらす和え	納豆 いら にんじん しらす めんつゆ かつ お節	小松菜と桜えびの ごま和え	こまつな 油揚げ すりごま しょうゆ 砂糖 干しえび	キャベツと厚揚げ 味噌マヨ	キャベツ にんじん 生揚げ みそ しょうゆ マヨネーズ	牛乳	牛乳
きのこのスープ	だいこん えのき エリンギ ミックスベジタ ブル コンソメ 食塩	味噌汁(えのき)	みそ こんぶだし いわし粉 かつお節 ねぎ えのき 高野豆腐	たけのこすまし汁	たけのこ 高野豆腐 しいたけ 小ねぎ めんつ ゆ 食塩	なめこの味噌汁	なめこ ねぎ 豆腐 みそ こんぶだし かつお 節 いわしだし	わかめのすまし汁	わかめ えのき ねぎ めんつゆ 食塩 凍り豆 腐		
牛乳		牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳			
蒸パン(いちご ジャム)	ホットケーキミックス いちごジャム 豆乳 ク リームチーズ	ナンDEチョコパ ーナ	食パン ナン バナナ チョコレート バター ホイップクリーム	ヨーグルト	ヨーグルト	クロワッサンラス ク	クロワッサン	ビビビチーズ	小魚スナック		
15	麦茶 大根煮	16	牛乳 シリアル	17	麦茶 蒸しかぼちゃ	18	麦茶 卵ポーロ	19	麦茶 青のりせんべい	20	プリン
ご飯	オレンジ 麦茶	スティックパン	スティックパン	ご飯	マーボー豆腐	ちゃんぽんラメ ン	ちゃんぽんラメ ン	ご飯	シチュー(春野 菜)	肉野菜丼	肉野菜丼
チキンカレー	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマト缶 エ リンギ にんにく 生姜 カレー粉 油 大豆	クラムチャウダー	じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュ ルーム あさり水魚 ほうたて水魚 シチュールフ 豆乳 油	マーボー豆腐	豆腐 豚肉 ねぎ 椎茸 いら 生姜 みそ ごま油 片栗粉 マーボー豆腐の素 スープス トック まめブラス	シヨーロンポー	中華めん 豚肉 えび キャベツ にんじん も やし コーン缶 かまぼこ ごま油 スープス トック ちゃんぽんスープ素 塩	シチュー	ベーコン じゃが芋 キャベツ 玉ねぎ 人参 かぶ マッシュルーム コーン シチュールフ 豆乳 油	オレンジ	オレンジ
スナップえんどう の卵サラダ	スナップえんどう 卵 ハム 赤ピーマン マヨ ネーズ 食塩	お星様クロッケ	お星様クロッケ	アスパラマカロニ サラダ	マカロニ アスパラガス にんじん ハム マヨ ネーズ	バナナ	バナナ	切干大根とごぼう のツナマヨサラダ	切り干しだいこん ごぼうサラダ きゅうり ツ ナ コーン缶 マヨネーズ 塩	牛乳	牛乳
福神漬		いちご	いちご	グレープフルーツ	グレープフルーツ	麦茶	麦茶	ミニトマト	ミニトマト		
ジョア	ジョア ストロベリー	麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶	牛乳	りんごと人参のマ フィン		
おしゃぶり昆布	焼きドーナツ	しらすおにぎり	しらすおにぎり	ハッピーターン	アゼロラゼリー	豆乳リゾット	豆乳リゾット		ホットケーキミックス りんご 砂糖 無塩バ ター 卵 人参 牛乳 豆腐		
22	麦茶 パイン缶	23	麦茶 さくっと昆布	24	麦茶 蒸しじゃが芋	25	麦茶 せんべい(カルシウム)	26	麦茶 ビスコ	27	ヨーグルト
ご飯	トマト 麦茶	ご飯	オレンジ 麦茶	ご飯	グレープフルーツ 麦茶	ご飯	ミニトマト 麦茶	だげのこご飯	米 たけのこ にんじん 油揚げ しいたけ 小 ねぎ かつお節 しょうゆ みりん 食塩	ハムサンド	ハムサンド
厚揚げとキャベツ の卵とじ	鶏肉 生揚げ キャベツ ねぎ 人参 みつば 椎茸 卵 油 醤油 砂糖	さわらの照り焼き レモン	さわらの照り焼き レモン	鶏肉とパプリカ塩 炒め	鶏肉 赤ピーマン 黄ピーマン たまねぎ アス パラ エリンギ 油 コンソメ 食塩 片栗粉	ニラたま炒め	卵 豚肉 いら もやし 赤ピーマン しいたけ しょうゆ スープストック中華 ごま油	鶏の唐揚げ	鶏肉 にんにく しょうが しょうゆ みりん 油 片栗粉 小麦粉	バナナ	バナナ
イカの磯部揚げ		ひじきの五目煮	ひじき 人参 椎茸 こんにゃく 豆 大豆 油 揚げ ごま油 かつお節 みりん 砂糖 醤油 さつま芋	パスタサラダ	サラダ用スパゲティ きゅうり にんじん ハ ム マヨネーズ 食塩	春雨いかサラダ	はるさめ いか にんじん きゅうり コーン缶 和風ごまドレッシング	かぶとブロッコ リーのサラダ	かぶ ブロッコリー ほうたて水魚 コーン缶 マ ヨネーズ	牛乳	牛乳
玉ねぎの味噌汁	たまねぎ じゃがいも 凍り豆腐 みそ こんぶ だし かつお節 いわしだし	キャベツのみそ汁	キャベツ 豆腐 えのき 小ねぎ かつお・昆布 だし みそ いわし粉	かぶのスープ	かぶ えのき コーン缶 コンソメ 塩	わかめスープ	わかめ ねぎ ごま スープストック中華 ごま 油 しょうゆ 豆腐	いちご	ヤクルト 麦茶		
カルピス		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
メロンパン		マヨコーンピザ	マヨコーンピザ	フルーツシリアル	フルーツシリアル	今川焼	今川焼	ミルクレープケ ーキ			
29	昭和の日	30	麦茶 ココナッツサブレ								
		ご飯	オレンジ 麦茶								
		ビーフン肉炒め	ビーフン 豚肉 玉ねぎ 人参 いら もやし にんにく 生姜 ごま油 スープストック 醤油 塩 椎茸								
		シーフードサラダ	きゅうり わかめ シーグラス帆立 えび 豆 腐 和風ドレッシング コーン缶								
		味噌汁(鮎)	焼ひ さつまいも しめじ みそ こんぶだし かつお節 いわしだし								
		牛乳	牛乳								
		いちご揚げパン	ロールパン 油 ミルメーク(ココア)								
<p>※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。 献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。</p>											