



4月 献立表



令和8年

境川幼稚園

日 曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 水	鶏丼 味噌汁 スパゲティサラダ グレープフルーツ	マシュマロおこし 牛乳	鶏肉 高野豆腐 味噌 牛乳	米 油 じゃが芋 スパゲティ 砂糖 コーンフレーク マシュマロ	玉ねぎ 人参 干しいたけ 万能ねぎ 昆布 きゅうり グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 穀物酢 塩
2 木	ご飯 味噌汁 厚揚げのうま煮 トマトドレッシング和え パイナップル	ゼリー(グレープフルーツ 味) クラッカー	味噌 厚揚げ 豚肉	米 ごま油 砂糖 片栗粉 グレープフルーツゼリーの素 クラッカー	干しいたけ しめじ 長ねぎ 小松菜 昆布 大根 人参 キャベツ パプリカ パイナップル	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング
3 金	【清明】五目ちらし寿司 すまし汁 さわらの味噌照り焼き バナナ	チーズ蒸しパン 牛乳	鶏肉 油揚げ さわか 味噌 チーズ 牛乳	米 砂糖 薄力粉 油	干しいたけ 人参 コーン さやえんどう 焼きのり 白菜 みつば 昆布 バナナ	水 穀物酢 塩 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
6 月	ご飯 味噌汁 かれのいのみりん焼き じゃが芋の炒め物 グレープフルーツ	麩のラスク 牛乳	味噌 かれい 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 油 小切麩 無塩バター グラニュー糖	干しいたけ わかめ チンゲン菜 昆布 しょうが 人参 さやいんげん グレープフルーツ	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒
7 火	ご飯 コンソメスープ ベーコン入りオムレツ フレンチサラダ バナナ	ジャムヨーグルト ウエハース	鶏卵 ベーコン 牛乳 ヨーグルト スキムミルク	米 さつま芋 無塩バター 油 砂糖 ウエハース	えのき茸 パセリ 玉ねぎ 人参 フロッグリー もやし バナナ りんごソース	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 穀物酢
8 水	玄米入りご飯 味噌汁 たらの香味焼き マカロニサラダ チーズ	バナナ蒸しパン 牛乳	油揚げ 味噌 たら チーズ 牛乳	米 玄米 じゃが芋 ごま ごま油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 万能ねぎ きゅうり 人参 バナナ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩 ベーキングパウダー
9 木	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あんかけ キャベツお浸し オレンジ	クッキー 牛乳	味噌 豚肉 木綿豆腐 かつお節 鶏卵 牛乳	米 小切麩 パン粉 砂糖 片栗粉 薄力粉 無塩バター	干しいたけ 大根 長ねぎ 昆布 玉ねぎ キャベツ 小松菜 人参 オレンジ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢
10 金	野菜パン コンソメスープ 照り焼きチキン 人参ドレッシングサラダ ジョア	ふりかけおにぎり 小魚	鶏肉 ジョア ふりかけかつお 煮干し	野菜パン 米	南瓜 人参 セロリ 白菜 ほうれん草 コーン	水 チキンスープの素 塩 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 人参ドレッシング
13 月	ご飯 味噌汁 ぶりの塩こうじ焼き チンゲン菜の海苔和え パイナップル	寒天ミルクプリン クラッカー	高野豆腐 味噌 ぶり 牛乳	米 さつま芋 塩こうじ 砂糖 ミルクプリンの素 クラッカー	干しいたけ 万能ねぎ 昆布 しょうが チンゲン菜 キャベツ 人参 焼きのり パイナップル	水 料理酒 こいくちしょうゆ
14 火	豚丼 味噌汁 もやしのごま和え オレンジ	おかかおにぎり 小魚	豚肉 味噌 かつお節 煮干し	米 油 じゃが芋 小切麩 砂糖 ごま	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ 昆布 もやし 人参 きゅうり オレンジ	水 料理酒 万能つゆ 塩 こいくちしょうゆ
15 水	わかめご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 白菜のゆかり和え チーズ	いちごジャムの蒸しまん じゅう 牛乳	木綿豆腐 味噌 鶏肉 チーズ 牛乳	米 油 砂糖 薄力粉 いちごジャム	わかめご飯の素 干しいたけ 長ねぎ なめこ 昆布 大根 人参 白菜 小松菜 ゆかり	水 万能つゆ こいくちしょうゆ みりん ベーキングパウダー
16 木	二色そばろ丼 味噌汁 ナムル バナナ	焼き芋 牛乳	鶏肉 鶏卵 油揚げ 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 ごま さつま芋	しょうが 干しいたけ 玉ねぎ チンゲン菜 昆布 ほうれん草 もやし 人参 バナナ	水 万能つゆ こいくちしょうゆ
17 金	ご飯 チキンカレー ブロッコリーサラダ ゼリー(青りんご味)	コーン蒸しパン 牛乳	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 青りんごゼリーの素 薄力粉 砂糖	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ コーン	水 カレールウ 塩 ベーキングパウダー
20 月	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 コロケ 納豆和え パイナップル	パウンドケーキ 牛乳	味噌 納豆 鶏卵 牛乳	米 小切麩 コロケ 油 片栗粉 薄力粉 無塩バター 砂糖	キャベツ 塩昆布 干しいたけ 長ねぎ ほうれん草 昆布 大根 人参 パイナップル	水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
21 火	ご飯 コンスープ 鶏肉の唐揚げ 白菜のマリネ チーズ	ココアちんすこう 牛乳	鶏肉 チーズ 牛乳	米 片栗粉 薄力粉 油 砂糖	玉ねぎ コーン しょうが 白菜 人参 きゅうり パセリ	水 シチューフレーク こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 塩 ベーキングパウダー ココア
22 水	麦ご飯 ポークカレー ごまサラダ フルーツポンチ	フルーツパン 牛乳	豚肉 クリーム 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 油 砂糖 ごま ごま油 フルーツパン	玉ねぎ 人参 大根 チンゲン菜 黄桃缶 バイン缶	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
23 木	ご飯 味噌汁 ハンバーグ ごぼうサラダ バナナ	フライドポテト 牛乳	味噌 豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 パン粉 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ じゃが芋 油	干しいたけ 南瓜 えのき茸 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ ごぼう キャベツ 人参 バナナ パセリ	水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ
24 金	ミートソーススパゲティ コンソメスープ コーンサラダ オレンジ	マカロニきな粉 牛乳	豚肉 きな粉 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 さつま芋 マカロニ	玉ねぎ 人参 小松菜 もやし きゅうり コーン オレンジ	トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水 穀物酢
27 月	ご飯 コンソメスープ 豚肉のケチャップ炒め かぼちゃサラダ ジョア	ジャムサンドクラッカー 牛乳	豚肉 チーズ ジョア 牛乳	米 油 ノンエッグマヨネーズ いちごジャム クラッカー	玉ねぎ コーン パセリ 人参 南瓜 きゅうり	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 料理酒 こいくちしょうゆ
28 火	中華丼 中華スープ ピーマン中華サラダ バナナ	ぶどうゼリー ウエハース	豚肉 木綿豆腐	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン 油 ウエハース	白菜 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし わかめ きゅうり バナナ ぶどうジュース アガー	水 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 万能つゆ
30 木	ハヤシライス 大根の塩こうじドレッシングサラダ ゼリー(グレープフルーツ味)	シュガーパイ 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 塩こうじ 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 パイシート グラニュー糖	玉ねぎ 人参 ダイスタト 大根 小松菜	水 ハヤシフレーク 穀物酢

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)	
幼児	目標量	550	19.3	15.9	300	1.5
児	平均量	576	20.8	17.4	288	1.5
乳	目標量	481	16.8	13.9	225	1.3
児	平均量	457	16.3	13.6	228	1.2

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。