

令和7年 4月 予定献立表

日 曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
1 火 15	1日 黒米ごはん	ぶりの照り焼き	ひじきの煮物	紅白なます	若竹汁	きな粉揚げパン	
	米 黒米 ごま 塩	ぶり しょう油 みりん 酒	干ひじき 人参 油揚げ 絹さや 素精糖 しょう油 なたね油	大根 人参 素精糖 酢 塩 (1日 菊の花)	わかめ 筍 玉葱 塩 しょう油 かつお昆布だし	ロールパン きな粉 素精糖 なたね油 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
	15日 ご飯						
	米						
2 水 16 30	中華丼			ささみと野菜の和え物		豆腐と長葱の味噌汁	牛乳寒天
	米 豚肉 玉葱 人参 白菜 干し椎茸 さくらげ 青梗菜 塩 しょう油 なたね油 ごま油 片栗粉		ささみ キャベツ 胡瓜 人参 酢 素精糖 しょう油 ごま油		豆腐 長葱 わかめ 味噌 煮干しだし	牛乳 素精糖 寒天 みかん缶 せんべい (果物 麦茶)	スパゲッティ サラダ 汁物
3 木 17	ご飯	鶏肉のごま焼き	かぶと胡瓜の浅漬け	炒り豆腐	あおさの味噌汁	キャロットライス	
	米	鶏肉 しょう油 みりん 酒 ごま	かぶ 胡瓜 塩	豆腐 豚ひき肉 人参 長葱 干し椎茸 酒 しょう油 塩 みりん	あおさ 玉葱 味噌 煮干しだし	米 塩 人参 玉葱 鶏ひき肉 なたね油 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
4 金 18	ご飯	チンジャオロースー	胡瓜とツナのごま酢和え	南瓜の煮物	大根と椎茸のすまし汁	スコーン	
	米	豚肉 酒 塩 筍 青ピーマン 赤ピーマン 塩 素精糖 ウスターソース しょう油 ごま油	胡瓜 もやし ツナ 酢 素精糖 しょう油 ごま	南瓜 素精糖 しょう油	大根 椎茸 あさつき 塩 しょう油 かつお昆布だし	薄力粉 BP バター グラニュー糖 牛乳 ジャム (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
5 土 19	ご飯	鮭の磯辺焼き	小松菜のおかか和え		かぶと油揚げの味噌汁	しらすとゆかりの混ぜご飯	
	米	鮭 しょう油 みりん 青のり	小松菜 もやし 人参 しょう油 かつお節 かつお昆布だし		かぶ 油揚げ 味噌 煮干しだし	米 しらす しそ葉 塩 ごま (果物 牛乳)	
7 月 21	ひき肉カレー		南瓜のフレンチサラダ		春雨スープ	焼きうどん	
	米 豚ひき肉 玉葱 人参 いんげん 生姜 にんにく 塩 カレー粉 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ 中濃ソース		南瓜 人参 胡瓜 ツナ 塩 素精糖 酢 なたね油		春雨 豆苗 ささみ 片栗粉 塩 しょう油 かつお昆布だし	茹うどん 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 なたね油 塩 しょう油 かつお節 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
8 火 22	パン	チーズミートローフ	青菜のソテー		★チキン野菜スープ	グリーンピースおにぎり	
	ロールパン	豚ひき肉 玉葱 人参 塩 牛乳 パン粉 チーズ ケチャップ	小松菜 もやし 人参 コーン バター しょう油 塩 なたね油		キャベツ 玉葱 人参 セロリ じゃが芋 鶏肉 なたね油 塩	米 グリンピース 塩 (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
9 水 23	ご飯	鯖の塩焼き	大根と胡瓜のゆかり和え	こんにゃくの土佐煮	ほうれん草と舞茸の味噌汁	フライドポテト	
	米	鯖 塩	大根 胡瓜 人参 しそ葉 塩	こんにゃく かつお節 しょう油 みりん なたね油	ほうれん草 舞茸 味噌 煮干しだし	じゃが芋 塩 青のり なたね油 (果物 牛乳)	スパゲッティ サラダ 汁物
10 木 24	いなかうどん			さつまいものレモン煮	ブロッコリーのごま和え	梅おかかおにぎり	
	うどん 鶏肉 油揚げ 人参 大根 長葱 しめじ ほうれん草 みそ しょう油 酒 かつおだし			さつまいも 素精糖 塩 レモン	ブロッコリー 素精糖 しょう油 ごま	米 梅びしお かつお節 しょう油 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
11 金 25	ご飯	チキンカツ	アスパラのカラフルサラダ		具沢山汁	シュガートースト	
	米	鶏肉 酒 塩 薄力粉 パン粉 なたね油 中濃ソース	アスパラ 人参 胡瓜 キャベツ ハム 酢 素精糖 塩 なたね油		牛蒡 人参 大根 椎茸 あさつき 豆腐 塩 しょう油 かつお昆布だし	食パン バター 素精糖 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
12 土 26	五目炒飯		じゃこサラダ		玉葱と厚揚げの味噌汁	メープルクッキー	
	米 豚ひき肉 長葱 人参 ピーマン 椎茸 塩 しょう油 ごま油		大根 胡瓜 人参 じゃこ なたね油 酢 塩 しょう油		玉葱 厚揚げ 長葱 味噌 煮干しだし	薄力粉 片栗粉 メープルシロップ なたね油 (果物 牛乳)	
14 月 28	ご飯	鶏肉のケチャップあんからめ	ジャーマンポテト	キャベツの千切り	オニオンスープ	フルーツポンチ	
	米	鶏肉 生姜 塩 酒 片栗粉 ケチャップ しょう油 素精糖	じゃが芋 玉葱 ハム 塩 しょう油 なたね油	キャベツ	玉葱 人参 パセリ なたね油 塩	もも缶 みかん缶 寒天 レモン グラニュー糖 バナナ (クラッカー 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。
1日は開園記念日の行事食です。
★は新メニューです。
★10日は誕生会です。
今月の果物予定:りんご 柑橘系

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養値(幼児)	554Kcal	22.8g	19.5g	255mg
栄養目標値	596Kcal	20.0g	19.0g	258mg