



4月 献立表



令和8年

大網木の花幼稚園

日 曜	献立名		kcal	あか	きいろ	みどり	その他
	昼食			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	
8 水	ご飯 中華スープ 中華あんかけ ビーフン中華サラダ グレープフルーツ 牛乳		501	豚肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン 油 ごま	大根 干しいたけ わかめ 白菜 玉ねぎ 人参 テンゲン菜 きゅうり グレープフルーツ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 穀物酢 万能つゆ
9 木	二色そぼろ丼 味噌汁 ナムル バナナ 牛乳		515	鶏肉 鶏卵 油揚げ 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 ごま	しょうが 干しいたけ キャベツ 長ねぎ 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
10 金	ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ オレンジ 牛乳		545	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ 人参 切干大根 コーン オレンジ	水 カレールウ 塩
13 月	ご飯 味噌汁 たらの香味焼き マカロニサラダ チーズ 牛乳		481	高野豆腐 味噌 たら チーズ 牛乳	米 さつま芋 ごま ごま油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 玉ねぎ 昆布 万能ねぎ きゅうり 人参	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 塩
14 火	ご飯 コンソメスープ チキンソテー 人参ドレッシングサラダ オレンジ 牛乳		461	鶏肉 牛乳	米 じゃが芋 薄力粉 無塩バター	人参 セロリー パセリ 大根 ほうれん草 コーン オレンジ	水 チキンスープの素 塩 人参ドレッシング
15 水	ご飯 味噌汁 肉豆腐風 ブロッコリーサラダ グレープフルーツ 牛乳		462	味噌 豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 小切麩 片栗粉 油 砂糖	干しいたけ えのき茸 小松菜 昆布 玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし パプリカ グレープフルーツ	水 万能つゆ みりん 穀物酢 塩
16 木	【穀雨】キャベツと塩昆布の混ぜご飯 味噌汁 かれいのみりん焼き じゃが芋の煮物 バナナ 牛乳		485	油揚げ 味噌 かれい 牛乳	米 砂糖 じゃが芋	キャベツ 塩昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ 昆布 しょうが 玉ねぎ 人参 グリンピース バナナ	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 万能つゆ
17 金	ご飯 ポークカレー ごまサラダ オレンジ 牛乳		521	豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま ごま油	玉ねぎ 人参 白菜 小松菜 オレンジ	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ
20 月	ご飯 味噌汁 コロッケ 納豆和え パイナップル 牛乳		486	味噌 納豆 牛乳	米 コロッケ 油 片栗粉	干しいたけ 白菜 玉ねぎ わかめ 昆布 大根 人参 小松菜 パイナップル	水 トマトケチャップ チキンスープの素 こいくちしょうゆ
21 火	ご飯 味噌汁 ハンバーグ ごぼうサラダ バナナ 牛乳		514	味噌 豚肉 木綿豆腐 牛乳	米 小切麩 バン粉 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	干しいたけ 南瓜 長ねぎ 昆布 玉ねぎ ごぼう キャベツ パプリカ バナナ	水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース
22 水	野菜パン コーンスープ 鶏肉の唐揚げ 白菜のマリネ チーズ 牛乳		566	鶏肉 チーズ 牛乳	野菜パン 片栗粉 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
23 木	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 牛乳		479	豚肉 牛乳	スパゲティ 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ 人参 しめじ 小松菜 もやし キャベツ コーン オレンジ	水 トマトケチャップ チキンスープの素 料理酒 塩 水
27 月	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あんかけ キャベツお浸し チーズ 牛乳		476	高野豆腐 味噌 豚肉 かつお節 チーズ 牛乳	米 バン粉 砂糖 片栗粉	干しいたけ 大根 長ねぎ 昆布 玉ねぎ キャベツ 小松菜	水 塩 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢
28 火	ご飯 中華スープ マーボー豆腐 ブロッコリーの和え物 バナナ 牛乳		457	木綿豆腐 豚肉 味噌 牛乳	米 ごま油 油 砂糖 片栗粉	玉ねぎ えのき茸 いら 長ねぎ しょうが にんにく ブロッコリー 白菜 人参 バナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒
30 木	わかめご飯 味噌汁 しらすとチーズの玉子焼き 大根のきんぴら パイナップル 牛乳		492	味噌 鶏卵 しらす チーズ 牛乳	米 じゃが芋 小切麩 砂糖 油 ごま	わかめご飯の素 干しいたけ 小松菜 昆布 玉ねぎ 大根 人参 グリンピース パイナップル	水 こいくちしょうゆ 塩 みりん

※赤字・青字はアレルギー対応食
 ※赤字・代替食
 ※青字・除去食

☆ 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	450	18.5	16.6	200	1.4
児	490	20	17.8	275	1.5

★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。