

4月献立表

日	曜	献立名	3時おやつ	幼 児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1	火	ソース焼きそば 春巻き 大根ときゅうりの中華和え 牛乳	ごま鮭おにぎり 麦茶	601	21.2	21.8	2
2	水	ごはん 赤魚の煮つけ ポテトフライ キャベツの塩昆布あえ オレンジ 牛乳	グレープゼリー せんべい 麦茶	509	31.6	11.5	1.3
3	木	ごはん 肉豆腐 ひじき煮 もやしのツナマヨ和え きのこと青菜のみそ汁	セサミスコーン 牛乳	508	21.7	22	1.9
4	金	ごはん 油淋鶏 アスパラソテー ポテトサラダ 中華スープ	ヘルシーブラウニー 牛乳	534	20.2	21.6	1.5
5	土	かき玉うどん 海藻サラダ 黄桃缶 牛乳	おかし ジュース	481	15.3	15.2	1.8
7	月	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 春雨ソテー ブロッコリーのごま和え ひじきスープ	スイートポテト 牛乳	508	18.2	15.3	1.1
8	火	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツソテー スパゲティサラダ トマト 牛乳	ゼリーボンテ せんべい 麦茶	587	20.7	20.2	1.1
9	水	ごはん 親子煮 切り干し大根煮 こまつなのおかか和え じゃがいものみそ汁	お麴ラスク パナナ 牛乳	525	22.8	16.0	2.2
10	木	食パン 白身魚フライ こまつなとソーセージのソテー にんじんツナサラダ 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	512	24.1	17.1	1.8
11	金	ごはん しらす入り卵焼 さつまいもの甘煮 レンコンサラダ もやしのみそ汁	キャラットケーキ 牛乳	499	19.6	18.2	1.7
12	土	しょうゆラーメン しゅうまい パナナ 牛乳	スティックケーキ 麦茶	504	20.1	15.1	1.8
14	月	ごはん 青椒肉絲 かぼちゃの天ぷら もやしのナムル にら玉みそ汁	ヨーグルトコーンフ レーク 麦茶	503	20.4	12.4	2.2
15	火	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ ほうれん草とコーンのソテー 牛乳	チーズいもち 麦茶	590	24.4	23.3	1.3
16	水	豆入りコーンカレー チキンナゲット 水菜のサラダ 牛乳	ケーキ みかん缶 麦茶	595	23.1	21.3	1.7
17	木	ごはん サバのみそ煮 きんぴらごぼう 大根のゆかり漬け パナナ 若竹汁	蒸しパンあんまん 牛乳	518	21.4	14.0	1.8
18	金	オムライス ハッシュドポテト ブロッコリー ジュリアンスープ	プリン せんべい 麦茶	487	16.0	12.3	1.4
21	月	ごはん 厚揚げみぞれ煮 じゃがいものカレー煮 オクラ納豆和え かんぴょうのかきたま汁	パナナ豆腐ドーナツ 牛乳	488	21.9	17.4	1.4
22	火	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 きんぴらだいこん さつまいもサラダ トマト 牛乳	いちごゼリー せんべい 麦茶	565	30.8	18.6	1.2
23	水	食パン ハムカツ コールスロー コーンクリームシチュー	甘みそおにぎり 麦茶	500	19.3	13.7	2.4
24	木	ごはん 白身魚のから揚げ 高野豆腐と切干大根の煮物 かぼちゃサラダ キャベツのみそ汁	フルーツコーンフレ ーク 麦茶	519	19.3	10.6	2.2
25	金	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい チンゲン菜のナムル わかめスープ	きなこクッキー 牛乳	547	20.7	21.4	1.2
26	土	鶏うどん がんも煮 みかん缶 牛乳	おかし ジュース	506	19.0	17.2	1.7
28	月	ごはん 千種焼 たけのこの土佐煮 キャベツの浅漬け 牛乳	キャラメルプリン ココアウエハース 麦茶	531	22.8	18.6	1.3
30	水	ナポリタン 青菜とじゃこのサラダ グレープフルーツ 牛乳	鶏肉とひじきのおに ぎり 麦茶	503	20.8	12.7	1.9
			4月平均 (土曜日除く)	530	22.0	17.1	1.6

※ 使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。
※ 食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。
※ アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただいております。
※ 令和7年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：20g）幼児（エネルギー：560kcalタンパク質：22g）