



# 令和7年4月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土																																			
凡例	給食献立	1	ごはん ポークチャップ 温野菜 コーンスープ	2	ごはん 鮭の塩麴焼き 昆布の佃煮 ほうれん草の納豆和え 厚揚げと大根の味噌汁	3	ごはん 鶏むね肉のジンジャーソース 卵の花 のっぺい汁	4	ごはん 鯖の照り焼き 人参しりしり きゅうりとわかめの酢の物 きのこのすまし汁	5	ポークカレー バナナ																																		
午前 おやつ (乳児)		牛乳 バナナ		牛乳 かぼちゃ スティック		牛乳 ウエハース		牛乳 チーズ		お茶																																			
午後 おやつ	赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類 緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類 黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・芋類	牛乳 バナナ おあげきなこ	豚肉,手羽元,(牛乳,油揚げ,きな粉) 玉ねぎ,人参,しめじ,ピーマン マッシュルーム,パセリ,サニーレタス,かぼちゃ ブロッコリー,梅干し,コーン,しいたけ 米,小麦粉,さつま芋,ケチャップ,ウスターソース マヨドレ,(黒糖)	牛乳 フライドポテト	鮭,納豆,厚揚げ,味噌,(牛乳) 人参,昆布,ほうれん草,しめじ,大根,玉ねぎ,青ねぎ 米,三温糖,(じゃが芋,サラダ油)	牛乳 クッキー チーズ	鶏むね肉,おから,鶏もも肉,(牛乳,チーズ) しょうが,サニーレタス,人参,しいたけ,ごぼう,大根 青ねぎ 米,小麦粉,三温糖,つきこんにやく,片栗粉 (クッキー)	牛乳 牛乳寒天	鯖,木綿豆腐,ちりめんじゃこ,(牛乳) 人参,きゅうり,わかめ,しいたけ しめじ,えのき,青ねぎ 米,三温糖,(粉寒天,三温糖)	お茶 市販菓子	豚肉 玉ねぎ,人参,バナナ 米,じゃが芋,サラダ油,カレールウ																																		
7	ごはん 赤魚の煮付け 五目きんぴら キャベツとお麩の味噌汁	8	春野菜カレー 海藻サラダ オレンジ	9	ごはん 豚皿 ほうれん草の白和え 油揚げともやしの味噌汁	10	ごはん 鯉のあずま煮 さつき芋 春キャベツの煮びたし 玉ねぎと人参の味噌汁	11	ごはん すき焼き煮 新じゃがとじゃこの梅和え 白菜としめじの味噌汁	12	鶏の照り焼き丼 オレンジ																																		
牛乳 オレンジ		牛乳 バナナ チップス		牛乳 さつま芋 スティック		牛乳 マンナ ビスケット		牛乳 バナナ		お茶																																			
牛乳 ドライフルーツ	赤魚,大豆,味噌,(牛乳) 白ねぎ,しめじ,人参,切干大根,ごぼう,れんこん ひじき,キャベツ,玉ねぎ,青ねぎ,(ブルーベリー) 米,三温糖,ごま油,ごま,麩 (バナナチップス)	牛乳 せんべい チーズ	豚肉,(牛乳,チーズ) ほうれん草,玉ねぎ,人参,キャベツ,かぼちゃ 海藻ミックス,レタス,トマト,きゅうり,オレンジ 米,サラダ油,カレールウ,青じそドレッシング (せんべい)	牛乳 フルーツ ヨーグルト	豚肉,木綿豆腐,味噌,油揚げ,(牛乳,ヨーグルト) 玉ねぎ,白ねぎ,人参,しいたけ,ほうれん草 ひじき,もやし,わかめ,(バナナ,りんご) 米,糸こんにやく,つきこんにやく,三温糖,練りごま (みかん缶,パン缶)	牛乳 焼芋	鯉,油揚げ,味噌,(牛乳) 人参,キャベツ,えのき,玉ねぎ,しめじ,青ねぎ 米,三温糖,片栗粉,サラダ油,ごま,じゃが芋 (さつき芋)	牛乳 カルピス ゼリー	牛肉,焼き豆腐,ちりめんじゃこ,(牛乳) 白菜,玉ねぎ,しいたけ,白ねぎ,ブロッコリー 梅干し,しめじ,小松菜,人参,青ねぎ 米,糸こんにやく,三温糖,じゃが芋 (粉寒天,カルピス)	お茶 市販菓子	鶏もも肉 しいたけ,キャベツ,人参,玉ねぎ,オレンジ 米,三温糖																																		
14	ごはん 鶏の照り焼き 小松菜の鉄分たっぷり炒め 大根とわかめの味噌汁	15	食パン カレイのムニエル きのこソテー コールスローサラダ オニオンスープ	16	ごはん 回鍋肉 チンゲン菜ともやしのナムル 春雨スープ	17	ごはん 鯉のカレーコーンフ레이크焼き きのこのさっぱり和え 白菜と油揚げの味噌汁	18	きつねうどん 鶏とさつま芋の天ぷら バナナ	19	チキンカレー りんご																																		
牛乳 ウエハース		牛乳 コーンフ레이크		牛乳 バナナ チップス		牛乳 マンナ ビスケット		牛乳 ヨーグルト		お茶																																			
牛乳 大学かぼちゃ	鶏もも肉,豚肉,味噌,油揚げ,(牛乳) サニーレタス,人参,小松菜,ひじき 大根,わかめ,青ねぎ,(かぼちゃ) 米,三温糖,ごま油,(サラダ油,黒ごま,三温糖)	牛乳 水ようかん	かれい,手羽元,牛乳,(牛乳) サニーレタス,レモン,人参,しめじ,しいたけ えのき,キャベツ,コーン,きゅうり,玉ねぎ 食パン,小麦粉,オリーブオイル,三温糖 マヨドレ,(こしあん,粉寒天,三温糖)	牛乳 マカロニ お好み	豚肉,手羽元,赤味噌,(牛乳) キャベツ,赤パプリカ,ピーマン,干しいたけ 白ねぎ,玉ねぎ,チンゲン菜,もやし,人参,コーン 米,サラダ油,三温糖,ごま油,春雨 (マカロニ,ケチャップ,ウスターソース,青のり)	牛乳 中華ポテト	鯉,油揚げ,味噌,(牛乳) サニーレタス,人参,ブロッコリー,しめじ しいたけ,大根,白菜,青ねぎ 米,コーンフ레이크,マヨドレ,カレー粉,ポン酢 (さつき芋,三温糖,サラダ油,黒ごま)	牛乳 ライスピザ	鶏もも肉,油揚げ,(牛乳,チーズ) 青ねぎ,わかめ,サニーレタス,バナナ (ピーマン,玉ねぎ,コーン) うどん,さつき芋,小麦粉,サラダ油 (米,ケチャップ)	お茶 市販菓子	鶏もも肉 玉ねぎ,人参,りんご 米,じゃが芋,サラダ油,カレールウ																																		
21	ごはん 鶏のさっぱり煮 ごぼうサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	22	ごはん 鯖の味噌煮 胡麻和えサラダ 水菜ともやしのすまし汁	23	ごはん やみつきチキン おからの骨太サラダ お麩と白菜の味噌汁	24	ごはん 鮭の塩焼き 昆布の佃煮 かぼちゃ煮 具沢山味噌汁	25	たけのごはん 新じゃがの肉じゃが 切干大根のサラダ なめことろろの味噌汁	26	豚丼 バナナ																																		
牛乳 オレンジ		牛乳 バナナ チップス		牛乳 コーンフ레이크		牛乳 バナナ		牛乳 オレンジ		お茶																																			
牛乳 揚げ大豆	鶏肉,味噌,(牛乳,大豆,ちりめんじゃこ) 白ねぎ,人参,チンゲン菜,サニーレタス,ごぼう きゅうり,玉ねぎ,しめじ,青ねぎ 米,三温糖,ごま,マヨドレ,じゃが芋 (サラダ油,片栗粉,三温糖)	牛乳 シュガー トースト	鯖,味噌,油揚げ,(牛乳) 白ねぎ,人参,キャベツ,ブロッコリー エリンギ,水菜,もやし 米,三温糖,練りごま,ごま (食パン,バター,三温糖)	牛乳 じゃが芋とチー ズの チヂミ	鶏もも肉,おから,チーズ,味噌,(牛乳,チーズ) サニーレタス,人参,コーン,レタス きゅうり,しめじ,白菜,しいたけ,青ねぎ 米,三温糖,麩,ケチャップ,マヨドレ (小麦粉,片栗粉,じゃが芋,ごま油)	牛乳 お麩ラスク	鮭,油揚げ,味噌,(牛乳,きな粉) 大根,昆布,人参,かぼちゃ,ごぼう,えのき 米,ごま,(麩,三温糖,オリーブオイル)	牛乳 ポップコーン	牛肉,油揚げ,味噌,(牛乳) たけのこ,人参,玉ねぎ,さやいんげん,切干大根,きゅ うり なめことろろ昆布,青ねぎ 米,じゃが芋,糸こんにやく,三温糖,麩,ポン酢 (ポップコーン)	お茶 市販菓子	豚肉 玉ねぎ,白ねぎ,人参,しめじ,バナナ 米,三温糖																																		
28	ごはん 鶏肉の胡麻にんにく じゃが芋のほっこり炒め しいたけと白菜の味噌汁	29	30	ごはん 豚の生姜焼き さつま芋の甘煮 大根と人参の味噌汁	※4月の魚は「さわら、赤魚、鮭、あじ、さば、かれい」を予定していますが、仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※( )内の食品は、おやつで使用する食品です。 ※完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除去しています。 また、揚げ物は焼き物に変更します。																																								
牛乳 ヨーグルト			牛乳 バナナ		<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">献立種類</th> <th colspan="4">幼児</th> <th colspan="4">幼児</th> </tr> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>平均栄養価</td> <td>503 kcal</td> <td>17.9 g</td> <td>15.7 g</td> <td>68.1 g</td> <td>503 kcal</td> <td>17.9 g</td> <td>15.7 g</td> <td>68.1 g</td> </tr> <tr> <td>基準値</td> <td>510 kcal</td> <td>17.0 g</td> <td>14.0 g</td> <td>79.0 g</td> <td>510 kcal</td> <td>17.0 g</td> <td>14.0 g</td> <td>79.0 g</td> </tr> </tbody> </table>						献立種類	幼児				幼児				エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	平均栄養価	503 kcal	17.9 g	15.7 g	68.1 g	503 kcal	17.9 g	15.7 g	68.1 g	基準値	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g
献立種類	幼児											幼児																																	
	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物							エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物																															
平均栄養価	503 kcal	17.9 g	15.7 g	68.1 g	503 kcal	17.9 g	15.7 g	68.1 g																																					
基準値	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g	510 kcal	17.0 g	14.0 g	79.0 g																																					
牛乳 マカロニ かりんとう	鶏肉,油揚げ,味噌,(牛乳,きな粉) にんにく,人参,サニーレタス,ひじき さやいんげん,白菜,玉ねぎ,しいたけ,青ねぎ 米,小麦粉,ごま,三温糖,じゃが芋,こんにやく サラダ油,(三温糖,黒糖,マカロニ,サラダ油)		牛乳 豆腐ドーナツ																																										