



令和8年度 4月給食献立



若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士：三木

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 水	お弁当バンザイ				カルシウム入りかぼちゃポーロ ソフトもち 豆乳
2 木	お弁当バンザイ				おとうふ屋さんのビスケット 紫芋ふんわりせんべい 豆乳
3 金	お弁当バンザイ				ひじきせんべい 小粒揚げ 豆乳
4 土	お弁当				
5 日					
6 月	ふりかけ ごはん	肉じゃが	ブナピーの 味噌汁	米 かつおふりかけ 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 こんにゃく 絹さや ブナピー 油揚げ 青葱 味噌	※おにぎり(鮭) お茶
7 火	お弁当バンザイ				しおぼんせん ミニカステラ 豆乳
8 水	虹いろ ごはん	鯖の竜田揚げ もやしといんげんの胡麻酢和え	南瓜の 味噌汁	米 虹色米 鯖 土生姜 いんげん 人参 もやし すりごま 南瓜 玉葱 油揚げ わかめ 味噌	サクッとあられ DHAかぼちゃクッキー 豆乳
9 木	菜めし	豚肉と厚揚げの味噌炒め 白菜のゆかり和え	すまし汁	米 菜めしの素 豚肉 厚揚げ キャベツ 人参 味噌 白菜 ゆかり しめじ 玉葱 青葱	※揚げパン 豆乳
10 金	虹いろ ごはん	オムレツ ほうれん草サラダ	豆腐の 味噌汁	米 虹色米 卵 牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 豆乳 ケチャップ ほうれん草 もやし ツナ 和風ごまドレッシング 絹豆腐 油揚げ わかめ 味噌	カリポテミニ 豆乳
11 土	パン・ジュース				
12 日					
13 月	虹いろ ごはん	豚肉のしょうが焼き キャベツの塩こぶ和え	じゃが芋の 味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 土生姜 キャベツ 人参 塩昆布 じゃが芋 油揚げ 青葱 味噌	※クッキー 豆乳
14 火	麦ごはん	タラの味噌マヨネーズ焼き 卵の花	すまし汁	米 押し麦 タラ 卵なしマヨネーズ 味噌 おから 人参 ちくわ 干し椎茸 いんげん わかめ 玉葱 三つ葉	※いちごムース 豆乳
15 水	虹いろ ごはん	鶏肉の天ぷら ブロッコリーのごま和え	なめこの 味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 土生姜 天ぷら粉 ブロッコリー 人参 すりごま なめこ 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	源氏パイ ミニ小魚せん 豆乳
16 木	わかめ ごはん	カレイの西京焼き 切り干し大根煮	すまし汁	米 炊き込みわかめ カレイ 白味噌 切り干し大根 油揚げ 人参 干し椎茸 えのき茸 玉葱 わかめ	※豆腐ドーナツ 豆乳
17 金	ごはん	キーマカレー アスパラサラダ		米 牛ミンチ 豚ミンチ 人参 じゃが芋 玉葱 カレールウ グリンピース アスパラガス キャベツ コーン	ねじねじあられ おやつ昆布 豆乳
18 土	パン・ジュース				
19 日					
20 月	虹いろ ごはん	牛肉の甘辛煮 いんげんの胡麻マヨネーズ和え	さつま芋の 味噌汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 こんにゃく 土生姜 いんげん すりごま 卵なしマヨネーズ さつま芋 油揚げ 青葱 味噌	※マーブル蒸しパン 豆乳
21 火	ゆかり ごはん	ツナ入り卵焼き キャベツの味噌和え	すまし汁	米 ゆかり 卵 ツナ 玉葱 人参 青葱 キャベツ ちくわ 味噌 絹豆腐 えのき茸 三つ葉	ひこうきビスケット 豆乳
22 水	虹いろ ごはん	赤魚の煮付け チンゲン菜サラダ	麩の 味噌汁	米 虹色米 赤魚 土生姜 チンゲン菜 人参 ベーコン 青じそドレッシング おつゆ麩 玉葱 もやし 青葱 味噌	※野菜スティック (スナックエンドウ・じゃが芋) 豆乳
23 木	虹いろ ごはん	豚肉の味噌炒め 白菜のおかか和え	若竹汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 人参 味噌 白菜 花かつお わかめ たけのこ	カルシウムせんべい 豆乳
24 金	虹いろ ごはん	鶏肉のかりん揚げ ブロッコリーサラダ	豆乳 味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 ブロッコリー 人参 コーン じゃが芋 玉葱 油揚げ 青葱 豆乳 味噌	米粉のりんごタルト ミニいも花子 豆乳
25 土	パン・ジュース				
26 日					
27 月	虹いろ ごはん	牛肉の香味炒め 人参ともやしのナムル	すまし汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 椎茸 土生姜 もやし 胡瓜 いりごま 花麩 えのき茸 三つ葉	※コーンマヨトースト 豆乳
28 火	たけのこ ごはん	ちくわのゆかり揚げ 小松菜のツナマヨ和え	大根の 味噌汁	米 たけのこ 人参 油揚げ ちくわ 天ぷら粉 ゆかり 小松菜 ほうれん草 ツナ 卵なしマヨネーズ 大根 玉葱 青葱 味噌	おやつパイキング 豆乳
29 水	昭和の日				
30 木	虹いろ ごはん	鮭の塩こうじ焼き きんぴらごぼう	キャベツの 味噌汁	米 虹色米 鮭 塩こうじ ごぼう 人参 絹さや いりごま キャベツ 玉葱 じゃが芋 油揚げ 青葱 味噌	オレンジ 豆乳

※は、手作りおやつです。

