



令和7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:平田

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 火		お弁当			黒豆きなこあられ チーズクラッカー 豆乳
2 水		お弁当			セサミラスク きなこもち 豆乳
3 木		お弁当			黒糖まるぼうろ ソフト豆もち 豆乳
4 金	虹いろ ごはん	鶏肉とさつまいものしょうゆ煮 添え野菜	ほうれん草の 味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 さつまい 土生姜 スナップエンドウ ほうれん草 玉葱 もやし 味噌	おとうふ屋さんのかりんとう ふんわりあられ 豆乳
5 土		具だくさん牛丼	味噌汁	米 牛肉 玉葱 人参 椎茸 えのき茸 青葱 キャベツ 味噌	
7 月		お弁当バンザイ			チョコイス ミニカステラ お茶
8 火	虹いろ ごはん	豚肉のマーマレード炒め いんげんのごま和え	チンゲン菜の 味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 マーマレード いんげん 人参 すりごま チンゲン菜 油揚げ 味噌	※水ようかん お茶
9 水	ゆかり ごはん	鯖の塩焼き 大根のさっぱり和え	豆腐の 味噌汁	米 ゆかり 鯖 大根 胡瓜 人参 青じそドレッシング 絹豆腐 青葱 玉葱 味噌	※チーザム 豆乳
10 木	虹いろ ごはん	肉じゃが	麩の味噌汁	米 虹色米 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 こんにやく 絹さや おつゆ麩 わかめ 味噌	マリービスケット 豆乳
11 金	虹いろ ごはん	タラの磯辺揚げ 切り干し大根煮	なめこの 味噌汁	米 虹色米 タラ 天ぶら粉 あおのり 切干し大根 人参 油揚げ 干し椎茸 なめこ 玉葱 青葱 味噌	ぼたぼた焼き 紫芋ふんわりせんべい 豆乳
12 土		炊き込みご飯	味噌汁	米 鶏むね肉 人参 しめじ ごぼう チンゲン菜 玉葱 油揚げ 味噌	
14 月	虹いろ ごはん	鶏肉の塩こうじ焼き ひじきの炒り煮	すまし汁	米 虹色米 卵 鶏もも肉 塩こうじ ひじき 人参 油揚げ 干し椎茸 こんにやく えのき茸 玉葱 青葱	ムーンライト ミニ小魚せん 豆乳
15 火	虹いろ ごはん	三色卵焼き ブロッコリーサラダ	キャベツの 味噌汁	米 虹色米 卵 豚ミンチ 三つ葉 人参 ブロッコリー コーン 玉葱 キャベツ わかめ 味噌	※野菜スティック (ごぼう 人参 大根) お茶
16 水	ごはん	ちくわのゆかり揚げ 小松菜のお浸し	南瓜の 味噌汁	米 ちくわ ゆかり 天ぶら粉 小松菜 人参 南瓜 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	こんぶあられ 米粉のロールクッキー 豆乳
17 木	虹いろ ごはん	豚肉の甘辛煮 白菜のおかか和え	しめじの 味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 人参 土生姜 白菜 水菜 花かつお しめじ わかめ 味噌	※ココア蒸しパン 豆乳
18 金	ふりかけ ごはん	鮭のチーズ焼き 春キャベツのサラダ	大根の 味噌汁	米 かつおふりかけ 鮭 チーズ キャベツ 人参 コーン 大根 油揚げ 青葱 味噌	まんまるせんべい DHAかぼちゃクッキー 豆乳
19 土		豆腐丼	味噌汁	米 豚ミンチ 絹豆腐 玉葱 人参 青葱 ほうれん草 味噌	
21 月	虹いろ ごはん	牛肉の味噌炒め 人参ともやしのナムル	すまし汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 味噌 もやし 土生姜 いりごま 三つ葉 花麩	ねじねじあられ おやつ昆布 豆乳
22 火	虹いろ ごはん	カレイのムニエル ブロッコリーソテー	オニオン スープ	米 虹色米 カレイ 小麦粉 バター ブロッコリー 人参 黄ピーマン 玉葱 えのき茸 パセリ	※チーズおかかおにぎり お茶
23 水	ごはん	ポークカレー マカロニサラダ		米 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 カレールウ りんご グリーンピース マカロニ 胡瓜 ツナ 卵なしマヨネーズ	しおぼんせん 白い風船 豆乳
24 木	虹いろ ごはん	鯖の照り焼き 白菜の塩ごぼ和え	豆乳味噌汁	米 虹色米 鯖 土生姜 白菜 人参 塩昆布 すりごま さつまい 玉葱 青葱 豆乳 味噌	※揚げパン 豆乳
25 金	菜めし	鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ	若竹汁	米 菜めしの素 鶏もも肉 土生姜 春雨 ハム 人参 キャベツ わかめ たけのこ 玉葱	米粉のスティックケーキ 豆乳
26 土		お弁当			
28 月	虹いろ ごはん	南瓜オムレツ 切干しナポリタン	ブナピーの 味噌汁	米 虹色米 卵 南瓜 玉葱 ほうれん草 切干し大根 人参 ピーマン ウスターソース ケチャップ ウインナー ブナピー わかめ 味噌	※揚げ野菜せんべい 豆乳
30 水	たけのこ ごはん	豆腐とひじきの落とし揚げ アスパラのツナマヨ和え	もやしの 味噌汁	米 たけのこ 人参 油揚げ ひじき 絹豆腐 土生姜 鶏ミンチ グリンピース コーン キャベツ ツナ 玉葱 アスパラガス 卵なしマヨネーズ もやし 青葱 味噌	源氏パイ まるごと小魚 豆乳

※は、手作りおやつです。

