

# 2025年4月献立表

曜日	献立名	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱量
1 火	ご飯 番茶 鶏肉の照り焼き 温野菜 みそつみれ汁	ゼリー	米(強化米) / 三温糖 / 油 / マヨネーズ / さといも / 小麦粉 / ベーキングパウダー / パター / 黒砂糖	鶏肉 / すりみ / みそ / 牛乳 / スキムミルク / 卵	ブロッコリー / にんじん / だいこん / はくさい / 干し椎茸 / ねぎ	655
2 水	ドライカレー 番茶 春雨サラダ	フルーツヨーグルト	米(強化米) / パター / 小麦粉 / 春雨 / ごま / 砂糖 / 三温糖	牛ひき肉 / 豚ひき肉 / ハム / 牛乳 / スキムミルク	玉葱 / にんじん / グリンピース / カレー粉 / トマト / ケチャップ / 固形コンソメ / きゅうり / パナナ / もも缶 / 温州蜜柑缶詰(果肉)	599
3 木	ご飯 番茶 豚とにらの卵炒め しっぽくうどん	牛乳 チキンナゲット	米(強化米) / うどん(生)	豚肉 / 卵 / 油揚げ / 牛乳 / チキンナゲット	にら / にんじん / 玉葱 / ねぎ / トマトケチャップ	673
4 金	ご飯 番茶 切干大根の煮物 石狩汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / 三温糖 / じゃがいも / こんにやく(精粉) / フリームパン	油揚げ / 鮭 / みそ / 牛乳	にんじん / 切干しだいこん / 干し椎茸 / グリンピース / 玉葱 / だいこん	625
7 月	ご飯 番茶 豚肉と厚揚げの卵とし 味噌汁	牛乳 ジャムサンド	米(強化米) / 三温糖 / さつまいも / 食パン	豚肩ロース(脂身付) / 厚揚げ / 卵 / 生わかめ / みそ / 牛乳	ごぼう(ゆで) / にんじん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / ねぎ / しめじ / いちごジャム(低糖度)	652
8 火	ご飯 番茶 鶏肉のオレンジ焼き 温野菜 卵スープ	牛乳 ハニーケーキ	米(強化米) / マヨネーズ / 小麦粉 / ベーキングパウダー / 砂糖 / はちみつ / パター	鶏若鶏肉手羽(皮付) / 卵 / 牛乳	マーメイド(高糖度) / しょうが / ブロッコリー / にんじん / 玉葱 / えのきたけ / ねぎ / 固形コンソメ	699
9 水	ご飯 番茶 春の和風ポトフ スパゲティーサラダ	牛乳 クラッカーサンド	米(強化米) / じゃがいも / マカロニ / スパゲッティ / マヨネーズ(全卵型) / ソーダクラッカー	鶏肉 / ウィンナー / ハム / 牛乳 / クリームチーズ	キャベツ / にんじん / 玉葱 / きゅうり / いちごジャム(低糖度)	712
10 木	ご飯 番茶 豚肉の生姜焼き 温野菜 味噌汁	牛乳 黒糖蒸しパン	米(強化米) / 油 / マヨネーズ / カップゼリー	豚肩ロース(脂身付) / 油揚げ / みそ / 牛乳	しょうが / キャベツ / にんじん / はくさい / だいこん / ねぎ	619
11 金	肉うどん 番茶 ちくわのゆかり揚げ	牛乳 パンの日	うどん(ゆで) / 小麦粉 / 油 / フリームパン	和牛肩(脂肪なし) / 蒸しかまぼこ / りしりこんぶ(素干し) / かつお節 / ちくわ / 卵 / 牛乳	ねぎ / 玉ねぎ / にんじん	568
14 月	ご飯 番茶 大根と鶏肉の煮物 そうめん味噌汁	牛乳 フレンチトースト	米(強化米) / 砂糖 / そうめん / ひやむぎ(乾) / 食パン / パター / 三温糖	鶏肉 / 焼き抜きかまぼこ / みそ / 牛乳 / 卵	だいこん / にんじん / 干し椎茸 / さやえんどう / 玉葱 / ねぎ	562
15 火	ご飯 番茶 魚の照り焼き 春雨サラダ 磯かきたま汁	お茶 ごまがらめ	米(強化米) / 三温糖 / 油 / 春雨 / ごま / 砂糖 / かたくり粉	ぶり / ハム / わかめ / 焼きのり / 卵 / 牛乳 / 大豆(水蒸缶詰) / ちりめん	しょうが / きゅうり / にんじん / えのきたけ / 玉葱	654
16 水	ご飯 番茶 焼肉風 すまし汁	牛乳 果物(バナナ)	米(強化米) / 油	牛肉 / 木綿豆腐 / 牛乳	キャベツ / 玉葱 / にんじん / 生しいたけ(菌床栽培、生) / もやし / 青ピーマン / えのきたけ / ねぎ / パナナ	588
17 木	ご飯 番茶 炒り豆腐 味噌汁	牛乳 あべかわマカロニ	米(強化米) / 油 / 砂糖 / マカロニ / スパゲッティ / 三温糖	木綿豆腐 / 鶏ミンチ / 卵 / 絹ごし豆腐 / かつお節 / みそ / 牛乳 / きな粉	玉葱 / にんじん / 干し椎茸 / グリンピース(水蒸缶詰) / えのきたけ / ねぎ	613
18 金	ご飯 番茶 肉じゃが 味噌汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / じゃがいも / 糸こんにやく / 油 / 三温糖 / フリームパン	豚肉 / 油揚げ / みそ / 牛乳	玉葱 / にんじん / グリンピース / だいこん / しめじ / えのきたけ / ねぎ	664
21 月	ご飯 番茶 厚揚げチャンプル 味噌汁	ヨーグルト	米(強化米) / ごま油	厚揚げ / ツナ缶 / 卵 / かつお節 / 油揚げ / わかめ / みそ / 牛乳 / 脱脂加糖ヨーグルト	キャベツ / 玉葱 / 青ピーマン / さやえんどう / もやし / いちごジャム(低糖度)	579
22 火	炊き込みご飯 番茶 キャベツとちくわの和え物 豚汁	牛乳 コーンフレーク	米(強化米) / マヨネーズ / さつまいも / コーンフレーク	ツナ缶 / ちくわ / 豚肉 / 油揚げ / みそ / 牛乳	えのきたけ / グリンピース / キャベツ / だいこん / にんじん / ねぎ	567
23 水	牛丼 番茶 もやしの甘酢あえ すまし汁	牛乳 ココアサンド	米(強化米) / 糸こんにやく / 焼きい(親世ふ) / 砂糖 / 三温糖 / ごま / 食パン / パター	牛肉 / 絹ごし豆腐 / 牛乳 / ビュアココア	にんじん / ねぎ / もやし / きゅうり / えのきたけ / 玉葱	598
24 木	ご飯 番茶 和風麻婆豆腐 野菜スープ	牛乳 フライドポテト	米(強化米) / 砂糖 / かたくり粉 / ごま油 / じゃがいも / 油	木綿豆腐 / 豚ひき肉 / みそ / ベーコン / 牛乳 / パルメザンチーズ	さやえんどう / 玉葱 / にんじん / もやし / えのきたけ	563
25 金	ご飯 番茶 塩から揚げ 温野菜 元気汁	牛乳 パンの日	米(強化米) / ごま油 / かたくり粉 / 油 / マヨネーズ / フリームパン	鶏肉 / ベーコン / 卵 / 牛乳	玉葱 / キャベツ / にんじん / かぼちゃ / チンゲンツァイ / トマト / カレー粉	648
28 月	ご飯 番茶 鮭ちゃんちゃん焼き かきたま汁	牛乳 バナナケーキ	米(強化米) / パター / 砂糖 / 小麦粉 / ベーキングパウダー / 油 / 三温糖	鮭 / みそ / 卵 / 絹ごし豆腐 / かつお節 / 牛乳	キャベツ / にんじん / しめじ / 玉葱 / えのきたけ / ねぎ / パナナ	609
30 水	ご飯 番茶 肉豆腐 のっぺい汁	牛乳 いかし芋	米(強化米) / 糸こんにやく / 砂糖 / さといも / かたくり粉 / さつまいも(蒸し)	牛肉 / 木綿豆腐 / ちくわ / 牛乳	生しいたけ(菌床栽培、生) / チンゲンツァイ / にんじん / だいこん / ねぎ	621

☆8日と15日がリクエストメニューです。

※都合により献立・材料が変更になることがあります。

■熱量は3歳以上児の摂取量です

※塩、醤油、みりん、酢、コンソメ、ソースなどの調味料はメニューにより使用いたします。

お茶は番茶です。

