

4月予定献立表



2025/04

西野山保育園

	14 28(月)	15 (火)	16 30(水)	3 17(木)	4 18(金)	5 19(土)
ごはん	豚肉のしょうがやき 豚肉 50 ねぎ 3 たまねぎ 20 しょうが しょうゆ 2 酒 1 ひじきの煮物 ひじき 1.6 大豆水煮缶 10 油揚げ 5 にんじん 8 糸こんにゃく 5 いんげん 3 三温糖 1 しょうゆ 2.5 だし もやしのみそ汁 もやし 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ごはん 鯛の香りだしかけ ☆鯛 40 大葉 0.5 酢 5 しょうゆ 2 三温糖 1.2 ごま油 1 ねぎ 1 しょうが 春大根のサラダ ☆春だいこん 25 カットわかめ 0.5 ちりめんじゃこ 3 ☆新たまねぎ 3 しょうゆ 1.4 酢 3 三温糖 0.4 油 0.7 かつお節 きやべつのみそ汁 ☆春きやべつ 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ごはん 鶏肉の甘酢かけ 鶏肉 60 小麦粉 6 油 2 ねぎ 3 しょうが 3 酢 4 しょうゆ 3 三温糖 3 ごま油 1 春キャベツのごまあえ ☆春キャベツ 20 にんじん 10 カットわかめ 0.3 鶏ささ身 8 ごま しょうゆ 1 春雨スープ はるさめ 2.5 にんじん 5 チンゲンサイ 10 えのきたけ 5 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150	ごはん 魚の梅みそ焼き さば 40 みそ 2.5 うめ干し 3 みりん 4 切干大根の煮物 切り干しだいこん 5.5 油揚げ 5 しょうゆ 2 にんじん 7 三温糖 1 いんげん 3 だし 豆腐のすまし汁 豆腐 15 しょうゆ 0.7 もやし 10 だし 150 カットわかめ 0.3 塩 0.3 (17日) 若竹汁 ☆たけのこ 10 みつば 3 カットわかめ 0.3 塩 0.3 しょうゆ 0.7 酒 1 だし 150	ごはん 肉豆腐 豚ひき肉 30 焼き豆腐 55 たまねぎ 40 えのきたけ 10 ねぎ 10 しょうゆ 4 三温糖 2 みりん 1 しょうが 大根のカリカリ ☆春だいこん 25 ☆だいこん菜 5 塩 0.2 小松菜のみそ汁 こまつな 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干だし 150	ドライカレー 米 40 豚ひき肉 50 たまねぎ 50 にんじん 30 ピーマン 8 にんにく しょうが カレー粉 0.3 ウスターソース 2 トマト缶 10 三温糖 0.5 しょうゆ 0.5 塩 0.5 コーンスープ たまねぎ 20 コーン缶 8 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150 清見オレンジ 清見オレンジ 60
おやつ	黒糖煮しパン 米粉 黒糖 油 BP 豆乳 しょうゆ 牛乳 150cc	大学芋 さつまいも 油 三温糖 しょうゆ 黒ごま 牛乳 150cc	(16日) 葡萄はんのおにぎり ☆葡萄 米 しょうゆ 油揚げ だし他 お茶 (30日) いちごのケーキ 小麦粉 卵 牛乳 生クリーム 他 牛乳 160cc	いもち じゃがいも 塩 マーガリン 片栗粉 牛乳 150cc	豆乳プリン 豆乳 三温糖 ゼラチン 黒糖 きな粉 牛乳 150cc	せんべい 牛乳 150cc
延長	スティックパン	ビスケット	焼き芋	塩おにぎり	ドーナツ	
	☆は旬の食材です。		30日はお誕生会です。 いちごのケーキで お祝いします(〃)	入園・進級 おめでとうございます(〃)		
	7 21(月)	8 (22)(火)	9 23(水)	10 24(木)	11 25(金)	12 26(土)
ごはん	新じゃがのそぼろ煮 ☆新じゃがいも 75 鶏ひき肉 35 ☆新たまねぎ 40 にんじん 12 ☆えんどう豆 5 三温糖 0.8 しょうゆ 2.4 酒 1.2 みりん 1.2 だし 油 1 具だくさんのみそ汁 木綿豆腐 15 ねぎ 3 にんじん 5 油揚げ 3 しいたけ 5 ☆春だいこん 5 みそ 3 だし 150	ごはん 鮭の照り焼き さけ 40 しょうゆ 3 みりん 2 酒 1 油 1 きゅうりと大根の梅酢あえ きゅうり 25 ☆春だいこん 15 酢 2 うめ干し 0.5 三温糖 1 かつお節 0.5 しょうゆ 0.8 新玉ねぎのスープ ☆新たまねぎ 20 にんじん 5 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150	ハヤシライス 米 40 牛肉 40 じゃがいも 60 たまねぎ 60 にんじん 25 いんげん 5 バター 9 小麦粉 9 ケチャップ 13 三温糖 1 しょうゆ 6 塩 0.4 ごしょう にんにく 春キャベツのサラダ ☆春キャベツ 20 きゅうり 5 にんじん 5 みかん缶 2 塩 0.3 三温糖 0.1 酢 2 油 3 ごしょう 0.01	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き 鶏肉 60 しょうゆ 3.5 酒 1.5 マーメレード 3.5 コーンあえ こまつな 35 にんじん 3 コーン缶 5 かつお節 1 しょうゆ 1 大根のみそ汁 ☆春だいこん 25 油揚げ 5 みそ 3 だし 150	ごはん さわらの西京焼き さわら 40 白みそ 4 みそ 1 酒 3 うの花ゆめ おから 13 鶏肉 10 油揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 10 干ししいたけ 1 ねぎ 5 しょうゆ 2.5 三温糖 0.8 油 2 だし 水菜のすまし汁 みずな 12 にんじん 6 えのきたけ 6 しょうゆ 0.7 塩 0.3 だし 150	鶏五目ごはん 米 40 鶏肉 20 油揚げ 5 たけのこ水煮 8 にんじん 6 こんにゃく 5 しめじ 5 ☆新ごぼう 3 いんげん 3 みりん 1 しょうゆ 5 だし きゅうりの浅漬け きゅうり 25 にんじん 3 しょうが 塩 豆腐と豆苗のスープ 豆腐 15 しめじ 5 にんじん 3 豆苗 10 塩 0.3 しょうゆ 0.7 だし 150
おやつ	きなこはん コッペパン 油 きな粉 三温糖 牛乳 150cc	ボンデ黒ごま 白玉粉 黒ごま BP 三温糖 油 米粉 豆腐 牛乳 150cc	みかんゼリー みかん缶 ゼラチン みかん果汁 三温糖 牛乳 150cc	豆ごはんのおにぎり ☆えんどう豆 米 酒 塩 お茶	フライドポテト じゃがいも 油 塩 パセリ 牛乳 150cc	ふかし芋 さつまいも 牛乳 150cc
延長	かつおおにぎり	せんべい	芋スティック	ロールパン	クッキー	
		22日はおべんとう日です。 よろしく願います！		おやつは華の食材。 えんどう豆を使った 豆ごはんのおにぎりです！		

入園・進級おめでとうございます！！

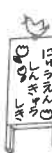
今年度もおいしい給食をたくさん作ります♪子どもたちにはいろんな食材に触れてもらいながら、楽しい給食の時間を過ごしてもらいたいと思っています(〃)

4月は新じゃがいも、春キャベツなど春の食材もたくさん使います！

今月のおべんとう日は

4/22(火) です！

		エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg
乳児	目標	416	17.2	11.6	191	2
	予定献立栄養量	466	20.2	14.4	209	2.7
幼児	目標	574	23.7	15.9	259	2.5
	予定献立栄養量	535	23.2	16.6	236	3.1



入園おめでとう