



4月のメニュー



令和7年4月
認定こども園あおがき

行事	日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			10時おやつ	3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
春季希望保育	1火	おにぎり 豚汁 バナナ	585.3(501.1) 18.6(15.8) 12.8(11.1)	米、糸こんにゃく さつまいも ◎おかし、◎おかし	○牛乳、木綿豆腐 豚肉、みそ、油揚げ ちくわ	バナナ、たまねぎ、だいこん にんじん、ねぎ、ささがきごぼう	おかし	牛乳 おかし
春季希望保育	2水	おにぎり トマトと卵のかきたま汁 オレンジ	499.5(428.8) 13.7(11.9) 9.5(8.4)	米、はるさめ、片栗粉 ◎おかし、◎おかし	○牛乳、卵	オレンジ、トマト、たまねぎ	おかし	牛乳 おかし
春季希望保育	3木	おにぎり みそ汁（厚揚げ・ごぼう） バナナ	529.7(451.9) 15.5(13.1) 10.6(9.1)	米、◎おかし、◎おかし	○牛乳、厚揚げ、みそ	バナナ、だいこん、洗いごぼう ねぎ、カットわかめ	おかし	牛乳 おかし
春季希望保育	4金	おにぎり 沢煮椀 オレンジ	545.9(474.2) 17.4(15.4) 12.4(11.1)	米、こんにゃく、三温糖 片栗粉、◎おかし、◎おかし	○牛乳、木綿豆腐、豚肉 油揚げ	オレンジ、だいこん、にんじん しめじ、ささがきごぼう ねぎ、しいたけ	おかし	牛乳 おかし
	5土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
入園式 （新入園児のみ） 通常保育	7月	赤飯 魚の人参マヨネーズ焼き 磯香和え 高野の含め煮 バナナ	495.4(439.5) 22.3(18.9) 13.6(12.2) 1.8(1.5)	米、○ばりんこ、砂糖 ノンエッグマヨネーズ、米粉 三温糖、◎スティックパン	○牛乳、たら、凍り豆腐 かつお節	バナナ、ほうれんそう、にんじん もやし、こんぶ、きざみのり あずき	牛乳 パン	牛乳 ばりんこ
	8火	カレーライス ミモザサラダ ブロッコリー オレンジ	581.6(515.2) 17.3(15.1) 19.6(17.4) 1.9(1.6)	米、じゃがいも、カレールウ ○ホットケーキ粉、○三温糖 ○バター、◎おかし ○コーンフレーク、油 ノンエッグマヨネーズ	○牛乳、牛肉、卵、ハム	たまねぎ、ブロッコリー、オレンジ にんじん、きゅうり、キャベツ かぼちゃ、レタス、りんご、コーン グリーンピース、ケチャップ	牛乳 おかし	牛乳 いりこ ココアフレーク クッキー
	9水	肉じゃが煮 ツナ入り厚焼き玉子 スティックきゅうり りんご	506.6(488.8) 14.1(13.0) 9.7(8.4) 0.8(0.7)	米、じゃがいも 糸こんにゃく、三温糖 ◎米	○ヨーグルト、卵 牛肉、ツナ	たまねぎ、りんご、きゅうり にんじん、しめじ グリーンピース	牛乳 おにぎり	ヨーグルト
	10木	ピザ風オープンオムレツ ビーフンサラダ さつま芋のジュース煮 バナナ	628.6(555.6) 22.9(20.6) 30.6(28.1) 1.1(0.9)	米、さつまいも、○油 ○マカロニ、ビーフン ○片栗粉、○三温糖、ごま油 オリーブ油 ◎スティックパン	○牛乳、卵、ベーコン 牛乳、とろけるチーズ ハム、○きな粉、粉チーズ	バナナ、オレンジ濃縮果汁、トマト チンゲンサイ、たまねぎ、もやし ピーマン、にんじん、パセリ粉	牛乳 パン	牛乳 いりこ マカロニあべかわ
	11金	洋風豆腐ナゲット 春雨の酢の物 人参グラッセ オレンジ	562.0(537.2) 18.5(16.6) 21.1(19.1) 1.3(1.1)	米、○源氏パイ、はるさめ 砂糖、ごま油、オリーブ油 ◎米	○牛乳、木綿豆腐、卵 鶏ひき肉、水煮大豆、卵 かにかまぼこ、ごま	にんじん、たまねぎ、オレンジ きゅうり、もやし、ケチャップ コーン、生わかめ、ひじき カレー粉	牛乳 おにぎり	牛乳 いりこ 源氏パイ
	12土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
身体測定 （5歳児）	14月	煮込みハンバーグ スパゲティサラダ ブロッコリー バナナ	615.1(515.7) 22.6(18.3) 24.8(19.8) 1.5(1.2)	米、○味しらべ、スパゲティ パン粉、油、砂糖 ノンエッグマヨネーズ ◎ステックパン	○牛乳、豚ひき肉 牛ひき肉、卵、牛乳、ハム	バナナ、ブロッコリー、たまねぎ きゅうり、ケチャップ、にんじん みかん缶	牛乳 パン	牛乳 いりこ 味しらべ
身体測定 （4歳児）	15火	千草焼き きゅうりとチーズの酢の物 人参炊いたん オレンジ	488.8(462.5) 18.8(16.6) 14.0(11.9) 1.2(1.0)	米、砂糖、三温糖 片栗粉、◎米	○牛乳、卵、○カルピス 豚肉、チーズ、しらす干し ○ゼラチン	きゅうり、にんじん、オレンジ たまねぎ、ほうれんそう、みかん缶 ○みかん缶、○りんご カットわかめ	牛乳 おにぎり	いりこ カルピスゼリー
身体測定 （3歳児）	16水	ケチャップチキンライス ふわふわ卵スープ スナップエンドウ りんご	644.1(556.5) 21.7(18.2) 15.2(12.9) 1.9(1.4)	米、じゃがいも ○スティックパン パン粉、◎米	○牛乳、卵、鶏もも肉 木綿豆腐、ベーコン 粉チーズ	りんご、たまねぎ、キャベツ ケチャップ、にんじん、しめじ パセリ粉、スナップエンドウ	牛乳 おにぎり	牛乳 いりこ スティックパン
身体測定 （2歳児） いちご狩り （5歳児）	17木	白身魚のチーズフライ ポパイサラダ 野菜スティック バナナ	622.0(557.9) 24.8(22.1) 28.1(25.3) 1.3(1.0)	米、油、パン粉、小麦粉 ○グラニュー糖、砂糖 ノンエッグマヨネーズ ○バター、○小麦粉 砂糖、◎スティックパン	○牛乳、たら、○ごま、卵 ○卵(白)、粉チーズ ベーコン、みそ、○黒ごま	ほうれんそう、だいこん、にんじん しめじ、えのきだけ、コーン缶 たまねぎ	牛乳 パン	牛乳 ごませんべい
身体測定 （0・1歳児）	18金	大豆とツナのグラタン ひじきのマリネ トマト オレンジ	528.0(488.3) 18.0(16.0) 19.9(16.9) 1.6(1.2)	米、○星たべよ、小麦粉 砂糖、マカロニ、パン粉 油、◎米	○牛乳、牛乳、水煮大豆 鶏ささ身、ベーコン、ツナ 生クリーム、バター 粉チーズ、脱脂粉乳	トマト、たまねぎ、だいこん オレンジ、にんじん ほうれんそう、きゅうり、ひじき	牛乳 おにぎり	牛乳 星たべよ
	19土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
	21月	さばのみぞれ煮 青菜のごま和え かぼちゃ煮 バナナ	432.5(386.4) 12.6(11.1) 10.7(9.7) 0.7(0.6)	米、三温糖、砂糖 ◎スティックパン	○牛乳、ちくわ、ごま さば	かぼちゃ、バナナ、ほうれんそう もやし、キャベツ、にんじん だいこん、しょうが	牛乳 パン	牛乳 白い風船
	22火	チャブチェ ちくわの磯辺揚げ 人参の甘煮 オレンジ	593.2(558.0) 18.3(16.6) 20.4(18.1) 1.5(1.3)	米、○じゃがいも、油 てんぷら粉、○片栗粉 はるさめ、○三温糖 ○油、ごま油、砂糖、◎米	○牛乳、ちくわ、牛肉 ごま	にんじん、オレンジ、にら 干しいたけ、あおのり	牛乳 おにぎり	牛乳 もちもちポテト
	23水	親子丼 みそ汁（キャベツ） スナップエンドウ りんご	647.4(603.0) 22.8(20.6) 14.4(12.7) 1.9(1.5)	米、○小麦粉、三温糖 片栗粉、◎米	○牛乳、卵、鶏もも肉 みそ、油揚げ	たまねぎ、キャベツ、りんご にんじん、○ピーマン、ねぎ カットわかめ、スナップエンドウ	牛乳 おにぎり	牛乳 いりこ 野菜ブリッツ
避難訓練	24木	煮干しふりかけ 豆腐のカレー煮 トマトサラダ きゅうりの浅漬け バナナ	589.2(521.5) 24.2(21.5) 24.3(21.6) 2.3(2.0)	米、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ ◎スティックパン	○牛乳、焼き豆腐 ○ベビーチーズ、牛肉 ハム、かつお節、いわし	たまねぎ、きゅうり、にんじん バナナ、トマト、キャベツ コーン缶、しめじ、グリーンピース	牛乳 パン	牛乳 ベビーチーズ
誕生会	25金	～4月誕生会ランチ～ たららのじゃが芋包み焼き げんきサラダ ゼリー	425.1(492.6) 15.3(13.4) 4.8(4.0) 0.9(0.8)	米、じゃがいも ○ぼたぼた焼き、バター ノンエッグマヨネーズ 油、砂糖、◎おかし	たら、ハム、かつお節	ブロッコリー、キャベツ、トマト きゅうり、にんじん、コーン 塩こんぶ、葉ねぎ、ゼリー	牛乳 おかし	ぼたぼた焼き
	26土	家族ふれあいの日		ランチパック	牛乳	バナナ		
	28月	さわらの照り焼き 切干大根煮 ブロッコリー バナナ	585.9(511.6) 23.3(19.1) 20.3(17.2) 1.1(0.8)	米、○ビスコ、油、三温糖 ◎スティックパン	○牛乳、さわら、ちくわ 油揚げ	バナナ、ブロッコリー 切り干しだいこん、にんじん しいたけ、いんげん	牛乳 パン	牛乳 ビスコ
	30水	豆腐カツ 小松菜のサラダ かぼちゃのソテー バナナ	634.0(583.7) 20.0(17.8) 28.6(24.5) 1.3(1.1)	米、油、小麦粉、パン粉 ○フランスパン、三温糖 ○バター、○グラニュー糖 ノンエッグマヨネーズ、◎米	○牛乳、木綿豆腐 ベーコン、○すりごま ○粉チーズ、ごま	かぼちゃ、ごまつな、もやし ケチャップ、○あおのり	牛乳 おにぎり	牛乳 いりこ カルシウムラスク



和み給食の日



まめ豆メニュー



コソコソメニュー



カミカミメニュー



旬の味献立



煮干しふりかけの日



誕生会

